

ACTIV'INFO

février 2021



Chères adhérentes, chers adhérents

Vivre avec la Covid, c'est réapprendre à vivre différemment. Nous comprenons bien que vous êtes dans l'attente de la réouverture de la structure pour laquelle, hélas, nous n'avons pas de date à vous proposer.

Notre vœu le plus cher est celui de rétablir votre confiance envers l'association. A cet effet, outre la reprise des activités, nous programmons plusieurs sorties durant le printemps et l'été afin de reprendre ces échanges qui nous manquent terriblement.

Nous renouvelons toute notre sympathie à celles et ceux qui nous soutiennent par leurs pensées chaleureuses.

Gardons l'espoir qu'après les vacances de février, nous aurons le grand plaisir des retrouvailles...

*La Présidente,
Nicole Many*



La gendarmerie nous signale une **Alerte / Tentative d'escroquerie à la vaccination à domicile contre la Covid-19**. Des personnes vous téléphonent afin de vous proposer un rendez-vous pour une vaccination à domicile en se faisant recommander de votre mairie. « Attention, ne prenez pas rendez-vous, c'est une arnaque » alerte le Groupement de Gendarmerie de la Drôme !!! La vaccination à domicile contre le coronavirus n'est pas autorisée en France pour le moment. Actuellement, la vaccination se fait uniquement dans les centres agréés. Si vous avez déjà pris rendez-vous, appelez le 17 pour leur signaler.

L'adhésion à l'association est possible en ce début d'année, valable jusqu'au 30 juin 2021.

Le coût de l'adhésion est de 10€ pour une personne, 19€ pour deux personnes résidant à la même adresse.

Dès à présent, les inscriptions pour les événements ci-après sont possibles par courrier et/ou en déposant vos règlements dans la boîte aux lettres du siège. N'hésitez pas à nous laisser un message pour demander de plus amples renseignements, nous vous rappellerons :

RÉACTUALISATION

- **Anglais** : nous vous proposons une session de 12 séances tous les jeudis, à la salle du parc Davin. Contrairement à ce qui avait été indiqué, les cours sont décalés du 4 mars au 10 juin 2021. 
 - Groupe débutants de 16h30 à 17h30, coût 60€,
 - Groupe non débutants de 18h à 19h30, coût 90€.Descriptif des thèmes abordés sur le site internet www.activsenior.com ou au siège.
- **Autour des livres** : venez échanger une fois par mois (mercredi après-midi de 14h30 à 16h30) sur un livre choisi en amont par le groupe. De mars à juin au siège de l'association, tarif 5€ les 4 séances.
- **Informatique** : une nouvelle session pour les débutants vous est proposée les mardis de 9h à 10h30 de mars à juin (fonctions de base, internet, mails, manipulation de fichiers ...), au siège, tarif 80€ les 12 séances.
- **Tyrol autrichien du 17 au 22 mai 2021**
Concernant ce voyage, vous êtes nombreux à poser des questions ? Soyez assurés que nous vous informerons de la suite donnée dès connaissance de l'évolution des consignes sanitaires
Rappel du séjour : Innsbruck, Rattenberg, Alpbach, le funiculaire de Hungerburg, Salzbourg, la vallée du Zillertal, le petit train à vapeur, les chutes de Krimml, un diner champêtre avec musicien, Hall in Tyrol, le château de Tratzberg, le lac d'Achensee, une croisière et une soirée tyrolienne ; 6 jours 5 nuits au tarif de 820€ tout compris. Une option d'assurance protection sanitaire est proposée en supplément pour un coût de 12€/personne.
- **Sainte Maxime du 3 au 5 juin 2021** : nouvelle proposition de séjour (3 jours, 2 nuits). Départ à 8h de la place Dunkerque en direction de Sainte Maxime en passant par Le Lavandou et la corniche des Maures. Au programme visite libre de Sainte Maxime (marché et semaine italienne) ; de Roquebrune sur Argens (musée du chocolat) ; de St Tropez ainsi que de Port Grimaud sur le chemin du retour. Installation au Vacancier des Issambres – Val d'Esquières.
Coût du séjour 250€ / personne tout compris.



MODIFICATIONS

Informations sur les ateliers proposés de mars à juin 2021,
sous réserve que les conditions sanitaires permettent d'organiser ces événements

Ateliers/stages	quand	où	combien
Méditation	du mardi 2 mars au mardi 30 mars 2021 de 9h15 à 10h15	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Sophrologie	du vendredi 5 mars au 2 avril 2021 de 18h à 19h	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Informatique Android avancé	du mardi 2 au mardi 30 mars 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Petite fabrique	du jeudi 4 au jeudi 25 mars 2021 de 14 h à 16h	Salle du parc Davin 95 rue Pierre Corneille	5€ les 4 séances
Gestion du stress	le vendredi 2 avril 2021 de 17h30 à 19h30	Salle d'activités 6 rue Brunet	20€ la séance
Transferts de documents informatiques sur USB ou depuis un téléphone	le mardi 6 avril 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	15€ la séance
Yoga du rire	du mardi 27 avril au mardi 1 ^{er} juin 2021 de 9h à 10h	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 6 séances
Gestion des photos sur informatique	du mardi 27 avril au mardi 25 mai 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Gestion de la douleur	le vendredi 30 avril 2021 de 17h30 à 19h30	Salle d'activités 6 rue Brunet	20€ la séance
Self défense	du vendredi 30 avril au vendredi 4 juin 2021 de 14h à 15h	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Gestion du sommeil	le vendredi 21 mai 2021 de 17h30 à 19h30	Salle d'activités 6 rue Brunet	20€ la séance
Organiser ses dossiers informatiques	le mardi 1 ^{er} juin 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	15€ la séance

L'atelier équilibre et prévention des chutes est reporté sur la saison 2021-2022.

Concernant toutes les activités annuelles, vous serez informés de leurs reprises dès que l'autorisation nous en sera donnée, en fonction des consignes sanitaires.

AQUAGYM : à ce jour, nous n'avons toujours aucune information de Valence Agglo concernant la reprise de l'activité et la récupération des cartes pour la piscine de Portes les Valence.

