



Inscriptions au siège **à partir du jeudi 5 mai 2022** pour :



⇒ **la fête de la marche à Soyons : mercredi 8 juin 2022.** Cet événement est ouvert à tous les adhérents, suite à la mise en place d'un covoiturage. 2 niveaux de difficultés pour la marche du matin, repas au restaurant et petite balade le long du Rhône l'après-midi. Inscriptions → 20€ correspondant au prix du repas.

⇒ **la visite de la ferme aux papillons à Die : samedi 11 juin 2022 après-midi.** Le jardin des découvertes est une ferme d'élevage et un centre d'observation où vivent en liberté, autour des visiteurs, des centaines de papillons exotiques. Inscriptions → 22€ visite guidée.



⇒ **la visite des grottes et du musée de Soyons : mardi 21 juin 2022 après-midi.**



La grotte de Néron, classée monument historique, permet la découverte de l'homme de Néandertal. Le Trou du Renard permet d'admirer un réseau de concrétions de calcaire. Le musée archéologique retrace l'histoire de l'occupation humaine locale depuis la préhistoire. Inscriptions → 18€ visites guidées.

⇒ **la journée libre au lac des sapins (Beaujolais vert proche de Lyon) : dimanche 26 juin 2022.** De nombreuses activités sont possibles sur place : baignade, promenade autour du lac, bronzette, mini-golf, paddle, pédalo, kayak, accrobranche... pour le déjeuner libre : aire de pique-nique, snack ou restaurant. Petits et grands pourront passer une journée agréable à l'air pur et au rythme de vos envies. Inscriptions → 28€.



⇒ **le stage de méditation : les mardis du 27 mai au 21 juin (hors 24 mai) de 9h à 10h en salle d'activités** (réduire le stress, améliorer le sommeil et vivre plus sereinement). Inscriptions → 40€ les 5 séances

⇒ **le stage de self défense : les vendredis du 20 mai au 24 juin (hors 27 mai) de 14h à 15h en salle d'activités** (acquérir une technique simple, intuitive et logique). Inscriptions → 40€ les 5 séances

Activités à thèmes au club du mercredi en salle d'activités de 14h à 16h :

- 18 mai 2022 : jouez à la coinche
- 1^{er} juin 2022 : réveillons nos neurones (activité ludique sur papier)

Inscription **obligatoire** au siège sur simple appel téléphonique.

Il reste des places disponibles pour

⇒ **des échanges autour de la prévention routière : vendredi 13 mai 2022 de 14h à 17h en salle d'activités.** Gérard Ysard intervenant au Plan Départemental d'Actions de Sécurité Routière interviendra par le biais de courtes vidéos et de questions-réponses sur les thèmes suivants : le vivre ensemble par le respect du code de la route, un comportement qui prend en charge sa propre sécurité, les bonnes capacités pour prendre la route et entretenir nos capacités physiques et intellectuelles. Inscriptions gratuites **obligatoires** au siège.



⇒ **la sortie au train de La Mure : dimanche 22 mai 2022.** Suite à la mise en place d'un second car, il reste des places disponibles pour cette sortie. Au programme : visite de la Mine Image, repas au restaurant, aller-retour avec le train de La Mure jusqu'au Grand Balcon. Inscriptions → 66€ (dont 44€ visites + repas).



⇒ **séjour balades et découvertes autour du Mézenc : du vendredi 3 au dimanche 5 juin 2022.** Suite à des désistements, inscription possible pour ce séjour de 3 jours avec hébergement **aux Estables** (43). Nombreuses découvertes, marche à pieds, fête du Fin Gras du Mezenc. Coût du séjour 250€.

Info partenaire : jeudi 19 mai 2022, le Pôle Santé de la ville organise des ateliers pour découvrir comment empêcher le **moustique tigre** de s'installer chez vous.

J'aimerais bien aller me promener et faire de belles découvertes.

Tu sais qu'Activ'sénior organise tous les mois des sorties et des petits voyages ? Certaines destinations ont tellement de succès qu'ils doivent mettre en place un deuxième car ou une deuxième date.

Ah oui ?

D'ailleurs, c'est le cas du séjour à Carry le Rouet, des sorties au train de La Mure, à Narbonne avec le repas aux Grands Buffets pour lesquels tu peux encore t'inscrire.

Réinscriptions : pour vous réinscrire à l'activité que vous pratiquez cette année, nous vous invitons à vous rapprocher de votre intervenant.

Pour toute inscription à une nouvelle activité, rendez-vous à la journée portes ouvertes le samedi 25 juin 2022.