

Parcours santé



■ Médiation animale*

De 14h30 à 15h30 : 6 séances.

Un atelier original avec l'intervention d'un animal pour stimuler la motricité et la mémoire sensorielle.

Mardis : 11 et 25 février / 10 et 24 mars / 7 et 21 avril.

Tarif : 36 € les 6 séances. Sur inscription

■ Do in*

De 15h30 à 16h30 : 10 séances.

Découvrez la technique d'automassage japonaise pour retrouver vitalité et énergie en toute simplicité.

Judis : 5, 12, 19, 26 mars / 2, 9, 30 avril / 7, 14, 28 mai.

Tarif : 60 € les 10 séances. Sur inscription

■ Ateliers mémoire*

À 10h30 et 12h : 10 séances. Par l'UC IRSA.

Un atelier pour travailler et entretenir sa mémoire.

Mardis : 3, 10, 17, 24 mars / 7, 28 avril / 5, 12, 19, 26 mai.

Tarif : 50 € les 10 séances. Sur inscription

* Les activités se déroulent dans la salle du CCAS.

Conférences



■ Jeudi 27 février

À 17h : La musique
Zoom sur le Gospel.

■ Mardi 14 avril

À 15h : Civilisation
Toutankhamon.

■ Jeudi 12 mars

À 17h : Exploration
Les derniers pirates.
Conférence suivie d'un repas
avec chants de marins.
Renseignements : Domitys

■ Jeudi 14 mai

À 15h30 : Musique et
comédie
Poésie et chansons
d'amour.

■ Juin

Santé et bien-être - Renseignements : Domitys.



Tarifs : 3,50 € / 5 € avec le goûter.

Domitys : 02 47 30 77 11. **Sur inscription**

Mémo

| Dates | Activités |
|---|------------------------------------|
| Mercredi 5 février | Présentation du programme |
| Mercredi 12 février | Spectacle |
| Mardi 10 mars | Comédie musicale de poche |
| Mardi 3 mars | Les Compagnons Bâtisseurs |
| Mercredi 11 mars | Découverte d'un tableau |
| Mercredi 18 mars | La photographie |
| Vendredi 3 avril | Repas partagé |
| Du 6 au 11 avril | Atelier couture |
| Mercredi 8 avril | Prévention routière |
| Mercredi 15 avril | S'informer : patrimoine et droits |
| Mardi 28 avril | Les Compagnons Bâtisseurs |
| Mercredi 29 avril | Improvisation musicale |
| Mercredi 6 mai | S'informer sur l'habitat |
| Jeudi 7 mai | Découverte du numérique |
| Mercredi 13 mai | Histoire de lire |
| Mercredi 27 mai | Kermesse intergénérationnelle |
| Jeudi 4 juin | Le Bouquet de Malétrenne |
| Mercredi 17 juin | Sortie |
| Vendredi 19 juin | Repas partagé |
| Mardi 23 juin | Les Compagnons Bâtisseurs |
| Mercredi 24 juin | Portes ouvertes du CCAS |
| Jeudi 25 juin | Découverte du numérique |
| 29 janvier / 4 mars / 24 juin | Atelier tricot / jeux |
| 11 mars / 1 ^{er} avril / 20 mai / 3 juin. | Atelier créatif |
| 3, 6, 10, 13 février / 9, 12, 16, 19, 23, 26 mars / 2, 6, 27 avril / 4, 11, 14, 18, 25, 28 mai / 4, 8 juin. | Un temps avec les enfants |
| 11, 25 fév. / 10, 24 mars / 7, 21 avr. | Médiation animale - parcours santé |
| 5, 12, 19, 26 mars / 2, 9, 30 avr. / 7, 14, 28 mai. | Do in - parcours santé |
| 3, 10, 17, 24 mars / 7, 28 avr. / 5, 12, 19, 26 mai. | Atelier mémoire - parcours santé |
| 27 fév. / 12 mars / 14 avr. / 14 mai / Juin. | Conférence - Domitys |

Inscriptions conseillées auprès du CCAS.
Dans la limite des places disponibles.
En cas d'absence, veuillez en informer le CCAS.

02 47 57 77 46 • m.bloudeau@ville-amboise.fr
CCAS - 2, rue du Cardinal Georges d'Amboise 37400 Amboise

www.ville-amboise.fr



UNE ATTENTION POUR CHACUN

Rendez-vous & sorties



■ Mercredi 5 février

À 16h : Présentation des activités du programme
En présence des intervenants et partenaires.
Salle Molière. **Entrée libre**

■ Mercredi 12 février

À 15h : Concert - La petite fabrique du monde
Par l'école de musique et de théâtre Paul Gaudet.
Théâtre Beaumarchais. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mardi 10 mars

À 14h : Duologie - comédie musicale de poche
Par les JMF. Un petit cinéma muet rempli de mélodies.
Théâtre Beaumarchais. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredi 11 mars

À 10h : À la découverte d'un tableau
Suivez le guide et découvrez le tableau de François-Guillaume Ménageot "La Mort de Léonard de Vinci".
Château royal d'Amboise. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredi 18 mars

À 14h : La photographie, découverte de l'image
Salle du CCAS. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredi 13 mai

À 14h : Histoire de lire
Par Livre Passerelle.
Médiathèque Aimé Césaire. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredi 17 juin

Sortie : Trésors et gourmandises en Sologne
Visite / dégustation de la chocolaterie Max Vauché.
Déjeuner et visite du château de Cheverny, promenade en voitures et bateaux électriques.
Départ de l'Office de Tourisme à 9h15.
Tarif selon l'avis d'imposition. Inscriptions au CCAS, dans la limite des places disponibles.

Ateliers



■ Mardis 3 mars, 28 avril et 23 juin

De 14h à 16h30 : Les Compagnons Bâtisseurs
Fabrication de produits naturels.
ASHAJ, 14 allée de Malétrenne. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredis 29 janvier, 4 mars et 24 juin

De 14h à 17h : Ateliers tricot - jeux collectifs
Foyer Malétrenne. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredis 11 mars, 1^{er} avril, 20 mai et 3 juin

De 14h à 17h : Ateliers créatifs - jeux collectifs
Réalisation d'objets avec des produits recyclés.
Foyer Malétrenne. **Gratuit • Sur inscription**

■ Vendredis 3 avril et 19 juin

De 10h à 16h30 : Repas partagés
En partenariat avec AGEVIE.
Cuisinez et partagez un repas préparé ensemble.
Foyer Malétrenne. **Tarif : 7 €.** **Sur inscription**

■ Du 6 au 11 avril

De 14h30 à 16h30 : Ateliers de couture
Dans le cadre de la résidence artistique de Marie Hendricks, confection du décor de l'exposition.
Le Garage centre d'art. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredis 29 avril

À 14h : Improvisation musicale
Avec Jean-Pierre Poulin.
Salle du CCAS. **Gratuit • Sur inscription**

■ Jeudis 7 mai et 25 juin

De 14h à 16h30 : Découverte du numérique
Pepit'Lab, rue Montebello. **Gratuit • Sur inscription**

■ Jeudi 4 juin

À 15h : Le Bouquet de Malétrenne
ASHAJ, 14 allée de Malétrenne. **Gratuit • Sur inscription**

Avec les enfants



■ 3, 6, 10, 13 fév. / 9, 12, 16, 19, 23, 26 mars / 2, 6, 27 avril / 4, 11, 14, 18, 25, 28 mai / 4, 8 juin.

De 16h30 à 17h30 : Un temps avec les enfants
Ateliers sur les temps périscolaires.
Dans les écoles d'Amboise. **Gratuit • Sur inscription**

■ Mercredi 27 mai

À 14h : Kermesse intergénérationnelle
Salle des fêtes Francis Poulenc. **Gratuit**

S'informer



■ Mercredi 8 avril

À 14h : Prévention routière
Pour sensibiliser et être mobile plus longtemps.
Présenté par La Maif.
Salle du CCAS. **Entrée libre**

■ Mercredi 15 avril

À 14h : Droits et transmission du patrimoine
échange avec un représentant de la chambre des notaires d'Indre-et-Loire.
Salle du CCAS. **Entrée libre**

■ Mercredi 6 mai

À 14h : Recyclage et développement durable
Salle du CCAS. **Entrée libre**

■ Mercredi 24 juin

De 10h à 17h : Portes ouvertes du CCAS
2 rue du Cardinal Georges d'Amboise. **Entrée libre**