

PROGRAMME
Avr. - Juin
2026

Activités & rencontres

Proposées par le pôle seniors du CCAS de La Ravoire

Opéra pour tous



**Lundi 13 avril - Conférence chantée
en salle Symphonie à 14h - sur inscription**

Justine (artiste lyrique) vous propose de
(re)découvrir l'opéra à sa façon, tout en
déconstruisant les clichés associés à cet art

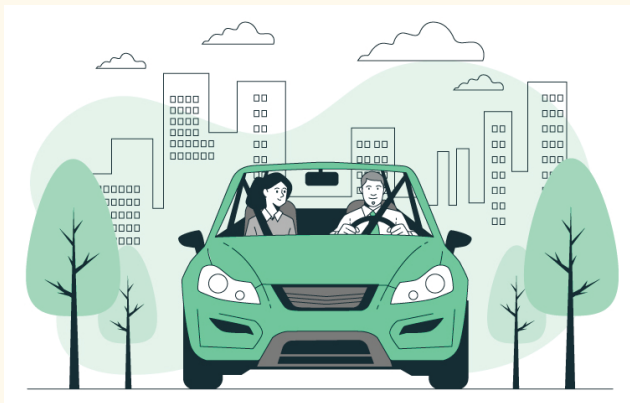


Visitons une exposition avec l'ordinateur

Salle Symphonie et salle Mélusine

Atelier animé par la conseillère numérique sur une exposition de photographies.

- Gratuit / Sur inscription
- Salle Mélusine le 31/03 de 14h30 à 16h
- Salle Symphonie le 02/04 de 14h30 à 16h



Atelier mobilité et sécurité des conducteurs seniors

Salle Symphonie

- Gratuit / Sur inscription
- **Le jeudi 23/04 : séance n°1 de 9h à 12h30**

Le vendredi 24/04 : séance n°2 et n°3 de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

- Repas tiré du sac pour ceux qui le souhaitent le vendredi



Conférence sur le Mont Granier

**Salle Symphonie,
Le mercredi 29 avril**

Didier Pillet, collectionneur avisé, échangera avec vous au sujet du Mont Granier.

- Gratuit / Sur inscription
- à partir de 14h



Festival KMO

Du 20 au 24 mai

Le Festival Kilomètre Zéro revient à La Ravoire pour sa cinquième édition ! Ce rendez-vous qui met en lumière les talents du coin sous toutes leurs formes, investira les rues et quartiers de la ville qui vibreront au rythme de rencontres inédites et d'événements divers.

- Plus d'informations à venir

Moments sportifs



Gym douce

Les lundis 20/04, 27/04, 04/05, 11/05, 18/05 et le 08/06

Exercices sur chaise, prévention perte musculaire et amplitude articulaire, encadrés par Laurent Villerelle (éducateur sportif).

- Sur inscription / 12 € les 6 séances
- **Groupe 1 de 9h à 10h**
Groupe 2 de 10h30 à 11h30



Brainball

Les mercredis
Du 20/05 Au 01/07
sauf le 03/06

Activité permettant de stimuler les neurones à l'aide de jeux de balles encadrée par Laurent Villerelle (éducateur sportif).

- Sur inscription / 12€ les 6 séances
- De 10h à 11h



Semaines sportives

Du 07/04 au 10/04 et du 06/07 au 10/07

Venez en groupe pour des semaines sportives par Laurent Villerelle (éducateur sportif).

- Sur inscription / Départ 9h30 de la salle Symphonie
- **07/04 : boule santé - 08/04 : marche - 09/04 : boule santé - 10/04 : marche**
- **06/07 au 10/07 : marche sportive**
- Marche annulée en cas de mauvais temps

Moments extérieurs



Ciné Challes

Le jeudi 23 avril

Divertissez-vous en venant voir un film.

- Sur inscription / 4 € la séance
- Départ en bus de la Maison de Féjaz à 15h15 et du collège E. Rostand à 15h25



Visite de la maison d'Izieu

Le mercredi 3 juin

Visite du musée mémorial de la maison d'Izieu le matin. L'après-midi, arrêt à la coopérative sur la commune de Yenne.

- Sur inscription / participation : 15€
- Départ 8h de la salle Symphonie et départ 8h10 de la maison de Féjaz
- Pique-nique à prévoir

Renseignements | 04 79 71 07 62 (en semaine de 8h30 à 11h45) ou muriel.amat@laravoire.com

Moments culturels



Lecture musicale

Les jeudis

16/04, 21/05, 18/06

Venez vous détendre en salle Symphonie où vous alternerez entre le son d'un handpan et un temps de lecture.

- Entrée libre
- De 14h30 à 15h en salle Symphonie



« Ciné débat »

Les mardis 28/04, 26/05, 30/06, 28/07 et 25/08

Un film et un débat sur un thème de société choisi par les vidéophiles.

- Entrée libre
- De 14h à 17h en salle Symphonie



Atelier Artistique

Les vendredis

Découvrez « partage art », des ateliers d'arts plastiques ludiques et créatifs.

- Entrée libre
- De 14h à 17h en salle Symphonie



Après-midi intergénérationnel

Date à définir

En collaboration avec le SIVU Jeunesse, venez partager un moment de jeux suivi d'un bon goûter !

- Entrée libre
- Dès 14h à 17h

Moments sportifs



Marches d'été

Les lundis 15, 22, et 29 juin

Venez en groupe pour une marche encadrée par Laurent Villerelle (éducateur sportif).

- Sur inscription
- Départ 9h30 de la maison de Féjaz
- Marche annulée en cas de mauvais temps

salle Mélusine

les horaires

La salle Mélusine (Féjaz) et la salle Symphonie (Centre-Ville) sont des espaces d'accueil pour tous. Sans rendez-vous, sans obligation, juste pour le plaisir, vous y trouverez un accueil chaleureux, des animations et de bons moments partagés.

Salle Symphonie (Centre-ville) ouverte :
Du lundi au vendredi de 14h à 17h

Salle Mélusine (Féjaz) ouverte* :
Le mardi et jeudi de 14h à 17h

*(hors vacances scolaires)



Les inscriptions sont considérées comme fermes et définitives sauf sur présentation d'un certificat médical.

Avec le soutien de

