

DRÔME  
PROVENÇALE

3 > 9

OCTOBRE  
2022



- L A  
D R O  
M E -

LE DÉPARTEMENT

ladrome.fr    

# SEMAINE BLEUE

DANS  
LA  
DRÔME

CHANGEONS NOTRE  
REGARD SUR LES AÎNÉS

BRISONS LES IDÉES REÇUES !



# ÉDITO



## **Le Département a à cœur de protéger ses seniors.**

Les seniors sont des acteurs essentiels en Drôme qui participent à la vie de demain. Notre mission est de vous accompagner tous les jours et de nous assurer de votre pleine intégration. La crise sanitaire a confirmé que nos actions étaient essentielles à votre quotidien.

Nos priorités sont de mettre en place des dispositifs mais aussi d'épauler les établissements spécialisés qui sont de vrais acteurs de terrain. Le Conseil départemental œuvre avec tous ses partenaires (EPHAD, Maison Départementale de l'Autonomie, associations...) pour vous offrir les meilleurs services.

Cette année encore, la Semaine Bleue s'engage à lutter contre les difficultés sociales, économiques ou culturelles qu'ils peuvent connaître.

Le Département, heureux de l'impact de la Semaine Bleue, perpétuera ses actions et ses interventions dans le but que chacun soit valorisé et correctement accompagné.

Comme l'évoquait avec tendresse Jules Renard :  
« Les rides sont des sourires gravés »

Alors, au plaisir de vous retrouver !

## **Marie-Pierre MOUTON**

Présidente du Conseil départemental de la Drôme

Rédactionnel  
brochure  
**Coordination**  
**Autonomie**  
**Prévention**  
**CAP Drôme**  
**Provençale**

Création  
couverture  
Agence bolivie.fr

**Pour les personnes de plus de 75 ans qui rencontrent des difficultés de mobilité, les chèques « Sortir + » sont à demander auprès de leur caisse AGIRC ARRCO.**

## **POUR TOUS**

**DU 3 AU 8 OCTOBRE**  
**DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **LES ARCHIVES DÉPARTEMENTALES VOUS OUVRENT LEURS PORTES !**

Dans le cadre de la Semaine bleue, les Archives départementales de la Drôme vous ouvrent leurs portes. Que ce soit lors d'une visite guidée ou lors d'ateliers d'initiation à la paléographie ou à la généalogie, les archives n'auront plus de secret pour vous !

Lundi et vendredi : **atelier d'initiation à la paléographie**

Mardi et jeudi : **visite découverte des bâtiments d'archives**

Mercredi et samedi : **atelier d'initiation à la généalogie**  
(petits-enfants bienvenus !)

 Archives Départementales 14 rue de la Manutention

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Hanna Bianne 04 75 82 44 80** [archives@ladrome.fr](mailto:archives@ladrome.fr)

*Organisé par les Archives départementales de la Drôme  
(pôle des publics).*



**DU MARDI 4 OCTOBRE AU JEUDI 6 OCTOBRE**  
**WEBCONFÉRENCES ET ATELIERS EN VISIO**

Pour y accéder : [happyvisio.com](https://happyvisio.com) Code : HAPPY26

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 11 H À 12 H**

**CHANGEONS NOTRE REGARD SUR  
LES AÎNÉS. BRISONS LES IDÉES REÇUES**

Elsa Delroisse animatrice et formatrice en prévention et promotion de santé.

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 15 H 30 À 16 H 30**

**BIEN SE NOURRIR À PETIT BUDGET**

Valérie Mesnage de Finances et Pédagogie.

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 11 H À 12 H**

**RISQUE DE CHUTES ET BONNE POSTURE**

Fabien Valente de la Croix Rouge Française.

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 15 H 30 À 16 H 30**

**LA MALADIE D'ALZHEIMER, SYMPTÔMES,  
CAUSES ET TRAITEMENTS**

Judith Mollard, psychologue clinicienne.

A cette programmation s'ajoutent (à retrouver directement sur le site) :

- Des activités de gymnastique tous les matins à 9 h du lundi au vendredi.
- Des activités bien-être (Tai Shi, stretching, yoga...) tous les matins à 10 h du lundi au vendredi.
- Des activités ludiques récurrentes (quiz de culture générale, dictée, atelier d'écriture...).
- Des activités de perfectionnement au numérique, un lundi sur deux.
- Les rendez-vous hypnose du vendredi après-midi.

**Gratuit** | Contact **01 76 28 40 84** | [happyvisio.com](https://happyvisio.com)

*Organisé par Happy visio et financé par la conférence des financeurs de la Drôme.*

## ALLAN

MERCREDI 5 OCTOBRE - À 15 H

### ANIMATION MUSICALE « ET SI ON CHANTAIT »

Intervention d'un groupe interprétant des chansons françaises.

📍 EHPAD de Beauvoir Allan

**Gratuit** | Ouvert à tous  
Contact | Mylène Delorme 06 60 75 29 90

Organisé par le CCAS d'Allan.

JEUDI 6 OCTOBRE - À 14 H

### APRÈS-MIDI JEUX

Rencontre intergénérationnelle autour de jeux avec 1 classe de l'école privée et 1 classe de l'école publique.

📍 Espace d'Animation d'Allan

**Gratuit** | Ouvert à tous  
Contact | Mylène Delorme 06 60 75 29 90

Organisé par le CCAS d'Allan

## LA BEGUDE DE MAZENC

JEUDI 6 OCTOBRE - DE 14 H À 18 H

### APRÈS MIDI FESTIF À L'ESPACE VALDAINE

- Ballade en voiture ancienne avec l'association "Les Pataches Bégudiennes"
- Atelier origami
- Jeux de société
- Goûter offert par le CCAS

Avec un peu de chance nous aurons la visite des enfants de l'école pour partager nos jeux.

📍 Espace Valdaine

**Gratuit** | Ouvert à tous  
Contact | mairie 04 75 46 21 22  
Organisé par les bénévoles et CCAS.



## BUIS-LES-BARONNIES

**MERCREDI 5 OCTOBRE - À 14 H 30**

### **FILM SURPRISE**

Projection d'un film surprise à destination des résidents de l'EHPAD et des personnes extérieures.

 Salle d'activités de l'EHPAD

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Éric VINCHES 04 75 28 04 65**

*Organisé par l'EHPAD Les Carlines.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - À 15 H**

### **THÉ DANSANT**

Venez chanter et danser tout en dégustant de bonnes boissons chaudes.

 Bistro des Carlines – Maison de Retraite

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Éric VINCHES 04 75 28 04 65**

*Organisé par l'EHPAD Les Carlines.*

## CLÉON-D'ANDRAN

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 15 H À 16 H 30**

### **GENTIANE ET ROMARIN**

Lectures illustrées d'intermèdes musicaux.

Création d'un jardin japonais. Jeux de découvertes : senteur et toucher. Goûter gourmand.

 Salle de réunion de la Salle des fêtes

**Gratuit** | Ouvert à une quinzaine de personnes (inscription nécessaire)

Contact | **Éliane Blanchard 06 76 63 97 75**

*Organisé par la Bibliothèque de Cléon d'Andran.*

## CORNILLON-SUR-L'OULE

**DU 3 AU 9 OCTOBRE**

DE 10 H 30 À 12 H 30 – DE 14 H À 19 H

### **EXPOSITION « PORTRAITS D'AUJOURD'HUI ET D'HIER »**

Portraits et anecdotes des personnes du village.

📍 Le Cellier de Cornillon et salle de la Mairie

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Chantal Satorio 06 86 68 86 92**

**Nathalie Rochas 06 79 49 04 98**

*Organisé par le Cellier de Cornillon et le Comité des fêtes de Cornillon en partenariat avec le CAP Drôme Provençale et la Conférence des financeurs de la Drôme (CFPPA).*

**VENDREDI 7 OCTOBRE**

DE 10 H À 12 H ET DE 14 H À 16 H

### **BIEN VIVRE À CORNILLON**

Démonstrations et initiations au Tai-chi – qi-gong – Yoga - gym douce ....

📍 Salle de la Mairie

**Gratuit** | Ouvert à tous **Réservé aux habitants de la petite vallée de L'Oule**

Contact | **Nathalie Rochas 06 79 49 04 98**

*Organisé par le Comité des fêtes de Cornillon.*

**SAMEDI 8 OCTOBRE - À 15 H**

### **DES SAVEURS POUR TOUS LES SENS**

Après-midi Conte et Infusions : Goûter – conte – distribution de sachets de tilleuls aux participants de la cueillette du mois de juin.

📍 Salle de la Mairie

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Nathalie Rochas 06 79 49 04 98**

*Organisé par le Comité des fêtes de Cornillon en partenariat avec le CAP Drôme Provençale, et la CFPPA.*

## DIEULEFIT

**A PARTIR DU 3 OCTOBRE - DE 14 H À 17 H**

# **EXPOSITION DES ŒUVRES DE JEUNESSE DES RÉSIDENTS**

Une exposition des peintures, sculptures et autres réalisations des résidents.

 EHPAD Leis Eshiroù

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Laurence Débéda** 04 75 46 43 78

[laurence.debeda@fondationpartageetvie.org](mailto:laurence.debeda@fondationpartageetvie.org)

*Organisé par l'EHPAD LEIS ESCHIROU.*

**LES 3-4-5 ET 6 OCTOBRE**

# **A L'HÔPITAL AUSSI, ON ORGANISE LA SEMAINE BLEUE**

**Lundi 3 octobre** : projection ciné.

**Mardi 4 octobre** : animations festives avec douceurs gustatives.

**Mercredi 5 octobre** : philo débat sur le thème de la semaine bleue, si possible rencontres intergénérationnelles.

**Jeudi 6 octobre** : concert vocal.

**Gratuit** | Pour les résidents de l'hôpital local

Contact | **Stella Parmentier** 04 75 53 53 60

*Organisé par L'Hôpital local de Dieulefit.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE 2022 - À PARTIR DE 14 H 30**

# **APRÈS MIDI JEUX INTERGÉNÉRATIONNELLE AVEC L'ASSOCIATION TOURNEBOULE**

Des jeux anciens, des jeux contemporains, des petits jeux pour les grands, des grands jeux pour les petits.

 EHPAD Leis Eschiroù

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Laurence Débéda** 04 75 46 43 78

[laurence.debeda@fondationpartageetvie.org](mailto:laurence.debeda@fondationpartageetvie.org)

*Organisé par l'EHPAD Leis Eschiroù.*

MARDI 4 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 17 H

## FORUM DES SENIORS

**9 h 15** : Ouverture de la journée par un accueil du public autour d'un café gourmand offert.

**10 h -12 h** : Projection suivie d'échanges autour du film documentaire « Lo pichot trin dau Picodon » (le petit train du Picodon). Ce film, à travers les souvenirs des Anciens, revient sur l'histoire du fameux « Picodon », et de ce petit train à vapeur qui reliait Montélimar à Dieulefit entre 1893 et 1936.

**12 h** : Apéritif musical, avec Joël Catalan, dégustation de vins et de picodons (offerts par « le Vin Poète » et « la maison Cavet »). Soupe de légumes bio préparée le matin par les bénévoles, d'une assiette de caillettes et charcuteries locales (voir coût ci-dessous). Café / desserts offerts par les bénévoles.

**De 14 h à 16 h 30** : Nombreux ateliers dans une ambiance festive! **Céramique** « conte-doigts », **dessin, musique** et **chant, Smartphone** et jeux numériques sur tablettes, **lectures, projection d'un court métrage** d'une Chorale intergénérationnelle.

**16 h 30** : goûter chantant avec Joël Catalan pour clôturer la journée. Boissons et des douceurs servies par les bénévoles.

 La Halle

**Gratuit** | Ouvert à tous | mais **participation financière de 5€** pour le repas (inscription avant le 1<sup>er</sup> octobre, auprès de l'Entraide de Dieulefit au 06 13 60 97 69 (chèque à l'ordre de l'association Soutien et Partage ou espèces).

Contact | **CCAS de Dieulefit - Sandra Gresse**

**ccas@mairie-dieulefit.fr**

**Tél. direct 04 75 46 96 95 / Tél. accueil 04 75 46 96 80**

*Organisé par la Ville et le CCAS de Dieulefit, la CCDB, le CAP Drôme Provençale et les partenaires du collectif de prévention seniors du territoire de la CCDB.*

## DONZÈRE

**LUNDI 3 OCTOBRE - 14 H 30**

### **ACTIVITÉ BRODERIE POINT DE CROIX**

Initiation ou perfectionnement à la broderie au point de croix.

 Salle Aiguebelle

**Gratuit** | Ouvert aux Seniors de Donzère

Contact | **04 75 49 75 49**

*Organisé par la Mairie - CCAS.*

**MARDI 4 OCTOBRE - 14 H 30**

### **MARCHE BLEUE**

Petit parcours dans Donzère avec un vêtement bleu, symbole de cette Semaine dédiée aux retraités.

 Ville de Donzère

**Gratuit** | Ouvert aux Donzérois, rencontre intergénérationnelle

Contact | **04 75 49 75 49**

*Organisé par la Mairie - CCAS.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - À 10 H**

### **ATELIER CUISINE**

### **COMPOSITION D'UN REPAS AVEC LES ENFANTS DU CENTRE DE LOISIR**

 Salle Aiguebelle

**Gratuit** | Ouvert aux séniors de Donzère et enfants du centre de loisir

Contact | **04 75 49 75 49**

*Organisé par la Mairie - CCAS.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - À 14 H 30**

### **LES BONNES POSTURES AU QUOTIDIEN : COMMENT FAIRE LES BONS GESTES DANS LA VIE QUOTIDIENNE ?**

 Salle Aiguebelle

**Gratuit** | Ouvert aux seniors de Donzère

Contact | **04 75 49 75 49**

*Organisé par la Mairie - CCAS.*

## LES GRANGES-GONTARDES

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 14 H À 16 H**

### **ATELIER NEURO MÉMO STIMULATION MÉMOIRE**

Exercices de stimulation de la mémoire visuelle, auditive, cognitive, jeux de culture générale.

📍 Mairie des Granges Gontardes

**Gratuit** | Ouvert à tous à partir de 60 ans

Contact | **mairie de les granges gontardes**

**secretariatmairie@les-granges-gontardes.fr**

*Organisé par Services d'Aide et d'Accompagnement à Domicile, en partenariat avec la mairie.*

**DIMANCHE 9 OCTOBRE - À 12 H**

### **REPAS + ANIMATIONS A PARTIR DE 65 ANS POUR LES GONTARDIENS**

Animation musicale.

📍 Salle des fêtes Maurice AURELLE

**Gratuit** | Ouvert aux Gontardiens de 65 ans et leurs conjoints (sur inscription)

Contact | **mairie de les granges gontardes**

**secretariatmairie@les-granges-gontardes.fr**

*Organisé par le CCAS.*

## MALATAVERNE

**LUNDI 3 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 16 H**

### **QI KONG**

**Matin** Déblocage articulaire, points d'acupuncture, exercices de respiration et méditation animée par Mireille Giles.

**Après-midi** les bienfaits des auto massages, la respiration, les étirements.

📍 Salle des mariages - 1 place de la mairie

**Gratuit** | Ouvert à tous - groupe de 8 à 10 personnes

**S'inscrire avant le 19/09/2022**

Contact | **M<sup>me</sup> JAILLON Marion 06 72 99 92 47**

**ou adjointesolidarites@malataverne.fr**

*Organisé par le CCAS de Malataverne en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*

## MALATAVERNE

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 12 H**

### **SÉQUENCE RELAXATION**

Ecouter son corps pour mieux relâcher ses tensions et transformer ses émotions - Animation assurée par Marjorie Perez.

📍 Salle des mariages - 1 place de la mairie

**Gratuit** | Ouvert à tous - groupe de 6 personnes

**S'inscrire avant le 19/09/2022**

Contact | **M<sup>me</sup> JAILLON Marion 06 72 99 92 47**

**ou adjointesolidarites@malataverne.fr**

*Organisé par le CCAS de Malataverne en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE**

### **GARDEZ L'ÉQUILIBRE ET LE TONUS GRÂCE À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)**

Camille Vial vous attend et vous conseille.

- de 9 h 30 à 10 h 30 : pour 1 h de parcours équilibre,

- de 11 h à 12 h : pour 1h de renforcement musculaire.

📍 Salle des mariages - 1 place de la mairie

**Gratuit** | Ouvert à tous (groupe de 8 à 10 pers.)

**S'inscrire avant le 19/09/2022**

Contact | **M<sup>me</sup> JAILLON Marion 06 72 99 92 47**

**ou adjointesolidarites@malataverne.fr**

*Organisé par le CCAS de Malataverne en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 9 H À 12 H**

### **ATELIER PÂTISSERIE BIO**

Avec Colette Bey, venez découvrir comment pâtisser en remplaçant les produits laitiers.

📍 Centre de loisirs (Foyer) – 1 impasse du foyer

Gratuit : oui mais réservation indispensable avant le 19/09/22

Ouvert à tous (groupe de 4 à 6 pers.)

**S'inscrire avant le 19/09/2022**

Contact | **M<sup>me</sup> JAILLON Marion 06 72 99 92 47**

**ou adjointesolidarites@malataverne.fr**

*Organisé par le CCAS de Malataverne en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 14 H À 17 H**

## ATELIER PÂTISSERIE BIO

Avec Colette Bey, pâtisser avec des légumineuses pour remplacer les œufs.

📍 Centre de loisirs (Foyer) – 1 impasse du foyer

**Gratuit** | Ouvert à tous (groupe de 4 à 6 pers.)

**Avec réservation indispensable avant le 19/09/22**

Contact | **M<sup>me</sup> JAILLON Marion 06 72 99 92 47**

**ou [adjointesolidarites@malataverne.fr](mailto:adjointesolidarites@malataverne.fr)**

*Organisé par le CCAS de Malataverne en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*

## MARSANNE

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 17 H**

## JEUX EN FOLIE

Après-midi intergénérationnel autour des jeux en tous genres (jeu de l'oie géant, cartes, jeux de société...).

Clôture autour d'un goûter gourmand.

📍 Espace des Buis Route de Cléon-d'Andran

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **M<sup>me</sup> P. Freydier Conseillère déléguée aux affaires sociales**

**07 66 13 06 76**

*Organisé par le CCAS de Marsanne en partenariat avec la résidence Les Coteaux et le CAP Drôme Provençale.*

## MARSANNE

**VENDREDI 7 OCTOBRE - À 16 H 30**

### **SPECTACLE DE CIRQUE**

Antipodiste / équilibre sur rouleau américain / chiens comédiens  
le modern hula-hop / traversées sur fil d'acier / clowns.  
Goûter d'ouverture à 15 h 30 organisé en collaboration  
l'association « Vieillir au village » de Puy-St-Martin.

📍 Salle des Buis de Marsanne

**Gratuit** | Ouvert à tous avec invitation des enfants du périscolaire  
(projet intergénérationnelle)

Contact | **04.75.52.09.65** [animation@ehpadmarsanne.fr](mailto:animation@ehpadmarsanne.fr)

*Organisé par la résidence des Coteaux en partenariat avec l'association  
« Vieillir au Village » de Puy-St-Martin et le CAP Drôme Provençale.*

## MOLLANS-SUR-OUVÈZE

**VENDREDI 7 OCTOBRE - À 14 H**

### **« ON CUISINE À MOLLANS »**

Venez participer à un atelier pâtisserie suivi du film  
« La cuisine au beurre ».

📍 Salle du bicentenaire

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **M. Michel Vanhauwaert 06 06 49 56 58**

*Organisé par le club de l'Amitié Mollanaise.*



## MONTÉLIMAR

**LUNDI 3 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 11 H**

### **ATELIER DÉCOUVERTE NUMÉRIQUE**

En lien avec l'Espace Public Numérique et le Centre Municipal de Santé « Mon espace santé... ».

📍 Espace Public Numérique - Place Léopold Blanc

**Gratuit** | Ouvert à tous | sur inscription

Plus de 60 ans habitant à Montélimar (maxi.10 pers.)

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar, l'Espace Public Numérique et le Centre Municipal de Santé.*

**LUNDI 3 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 11 H 30**

### **CRÉATION DE FLEURS EN PAPIER**

« Apprenez avec Michèle DIDIO, à transformer le papier en fleurs et créez votre propre bouquet ».

📍 Locaux du service de la retraite active et des aînés

**Gratuit** | Ouvert à tous | sur inscription

Plus de 60 ans habitant à Montélimar (maxi.8 pers.)

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**LUNDI 3 OCTOBRE - DE 14 H À 17 H 30**

### **THÉ DANSANT**

Venez vous détendre et danser autour d'un verre et d'une pâtisserie.

📍 Palais des Congrès

**Gratuit** | Ouvert à tous | sur inscription

Plus de 60 ans habitant à Montélimar (maxi. 350 pers.)

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

## MONTÉLIMAR

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 9 H À 12 H**

### **ATELIER PRÉVENTION SÉCURITÉ AVEC LA POLICE NATIONALE**

Gestes et conduite à tenir pour être en sécurité dans l'espace public ou chez soi.

 Commissariat de Police, rue Paul Loubet

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 20 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et le service de la Police Nationale.*

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 11 H 30**

### **VISITE DES SERRES MUNICIPALES**

 Ancienne Route du Teil (avant feu à droite)

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et service des Espaces vert.*

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 10 H À 11 H**

### **VISITE GUIDÉE DES COLLECTIONS DU MUSÉE D'ART CONTEMPORAIN**

 Musée d'art contemporain - Maison des Services Publics

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et MAC (Musée d'Art Contemporain).*

MARDI 4 OCTOBRE - DE 10 H À 11 H 30

## VISITE DU FOND ANCIEN DE LA MÉDIATHÈQUE

Découverte des plus anciens livres (incunables) et gravures.

📍 Médiathèque

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription nombre (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et la Médiathèque.*

MARDI 4 OCTOBRE - DE 10 H À 11 H 30

## INITIATION À LA MARCHÉ NORDIQUE

« Venez découvrir la marche nordique le long des berges du Roubion (bâtons de marche fournis) ».

📍 Berges du Roubion

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription nombre (maxi. 12 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et UMS Athlétisme.*

MARDI 4 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H 30

## VISITE DES ARCHIVES MUNICIPALES

« Venez découvrir les trésors cachés de l'histoire de Montélimar ».

📍 Maison des services publics

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription nombre (maxi. 10 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Le service des Archives.*

## MONTÉLIMAR

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **ATELIER 5 SENS**

« Jouons avec nos 5 sens : l'odorat, le goût, l'ouïe, la vue et le toucher ».

📍 Retraite Active et Aînés, 8, rue Maurice Meyer

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 10 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **ATELIER PRÉVENTION ROUTIÈRE**

« Rafraîchissez vos notions de conduite automobile ».

📍 Maison des services publics, salle 411

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 15 H À 16 H 30**

### **VISITE DU FOND ANCIEN DE LA MÉDIATHÈQUE**

Découverte des plus anciens livres (incunables) et gravures de la médiathèque.

📍 Médiathèque

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Médiathèque.*

**MARDI 4 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H**

## LA BELLE ÉPOQUE

Visite guidée de la ville à la belle époque avec l'office du tourisme.

📍 Office du tourisme

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 10 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et l'Office du Tourisme.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 9 H À 11 H**

## ATELIER SELF DÉFENSE

« Apprendre les techniques pour faire face à des situations difficiles dans la rue ».

📍 Maison des services publics, salle 404

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 9 H À 12 H**

## VIOLETTE AU PAYS DES EMBUCHES ET « PAR'A CHUTE »

Atelier équilibre et « Chambre des erreurs » qui est un outil de simulation en santé. Il permet aux participants de visualiser et d'identifier des erreurs volontairement glissées dans une scène de soins.

📍 Salle Saint-Martin

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 20 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Centre Municipal de Santé.*

## MONTÉLIMAR

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 13 H 30 À 14 H**

### **INITIATION À L'AQUABIKE**

« Découvrez tous les bienfaits de l'aquabike, sport complet qui permet le renforcement du système musculaire, la stimulation du rythme cardiaque et l'amélioration de la respiration et de la circulation sanguine ».

📍 Centre Aquatique ALOHA

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 12 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et le Centre aquatique ALOHA.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - À 14 H ET 16 H**

### **ESCAPE GAME\* INTERGÉNÉRATIONNEL « LE TOUR DU MONDE ! »**

Embarquez dans un tour du monde truffé d'énigmes et riche en découvertes. Votre guide vous accompagnera à chaque étape de ce voyage plein de surprises.

N'oubliez surtout pas votre passeport, embarquement immédiat !

📍 Médiathèque de Montélimar

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 8 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Maud Jamet, intervenante.*

\*Un escape game est un jeu d'énigmes en équipe. Les joueurs doivent résoudre une série de casse-têtes et d'énigmes dans un temps imparti pour réussir à s'échapper ou à accomplir une mission. En résumé, c'est un peu comme Fort Boyard mais sans les épreuves physiques.

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H À 16 H 30**

## ATELIER LUDIQUE WII OU SWITCH

Découverte de jeux sur manettes.

📍 Espace public numérique - Place Léopold Blanc

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 10 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et l'Espace Public Numérique.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H À 17 H**

## JEUX INTERGÉNÉRATIONNELS

Découverte de jeux anciens et nouveaux avec les enfants des centres de loisirs de la ville. Durant l'après midi « l'arbre à fruits » nous désaltérera avec ses boissons.

📍 Espace Saint-Martin

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 100 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés, la ludothèque et les centres de loisirs.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - À 15 H**

## DOMEXPLORE

Venez participer à une chasse au trésor et partir en exploration à travers dans la ville.

📍 Départ et retour de la résidence Domitys

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription

Contact | **Océane Chapuis : 04 51 18 00 00**

*Organisé par La résidence Domitys.*

## MONTÉLIMAR

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 15 H À 17 H 30**

### **CONCOURS DE TARTES**

Venez nous montrer vos talents culinaires en cuisinant une délicieuse tarte sucrée qui sera dégustée à l'issue de l'après-midi jeux par les seniors et les enfants présents.

 Salle Saint-Martin

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU**

 Château de Montélimar

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Château des Adhémar.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 11 H 30**

### **CRÉATION DE FLEURS EN PAPIER**

« Apprenez à transformer le papier en fleurs et créez votre propre bouquet ».

 Locaux du service de la retraite active et des aînés

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 8 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Michèle DIDIO, intervenante.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 10 H À 11 H**

## **VISITE GUIDÉE DU THÉÂTRE**

 Théâtre

Gratuit : sur inscription

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription nombre (maxi. 20 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Théâtre.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 10 H À 11 H 30**

## **INITIATION À LA MARCHÉ NORDIQUE**

« Venez découvrir la marche nordique le long des berges du Roubion (bâtons de marche fournis) ».

 Berges du Roubion

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 12 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et UMS Athlétisme.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 12 H 30 À 13 H 15**

## **INITIATION À L'AQUAGYM**

« Découvrez tous les bienfaits de l'aquagym, sport complet qui permet le renforcement du système musculaire, la stimulation du rythme cardiaque et l'amélioration de la respiration et de la circulation sanguine ».

 Centre Aquatique ALOHA de Montélimar

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 20 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et le Centre Aquatique ALOHA.*

## MONTÉLIMAR

**JEUDI 6 OCTOBRE - À 15 H**

### **SI ON CHANTAIT !!! CRÉATION D'UNE CHORALE SENIORS**

📍 Résidence Domitys

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription

Contact | **Océane 04 51 18 00 00**

*Organisé par La résidence Domitys.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 13 H 15 À 18 H 30**

### **SORTIE À LA GROTTTE CHAUVET 2**

📍 Vallon-Pont-d'Arc

Prix : 18 Euros

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 112 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H**

### **« LES MAGASINS D'AUTREFOIS »**

Visite guidée par l'office du tourisme.

📍 Office du tourisme

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 10 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et Office du Tourisme.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 11 H 30**

## **ATELIER PRÉVENTION DES ACCIDENTS DOMESTIQUES**

📍 Maison des services publics - salle 404

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 20 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et SOLIHA.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 11 H 30**

## **INITIATION À LA GRAVURE**

Atelier de découverte à la gravure au Musée d'Art Contemporain.

📍 Musée d'art contemporain

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (maxi. 2 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar et MAC.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 10 H À 11 H 30**

## **INITIATION AU YOGA DU RIRE**

Avec Fatiha KADRI, « Oubliez les inquiétudes et l'anxiété et venez vous détendre à l'atelier du rire. Vous vous sentirez plus relaxé et de bonne humeur ! » Après l'atelier : débriefing et mini conférence sur les bienfaits du rire sur la santé.

📍 Les carmes – niveau 2

**Gratuit** | Ouvert au plus de 60 ans | Inscription (maxi. 20 pers.)

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

## MONTÉLIMAR

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H**

### **ATELIER GESTES DE 1<sup>ers</sup> SECOURS**

Usage du défibrillateur.

📍 Maison des services publics - salle 404

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription nombre (maxi. 15 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU**

📍 Château de Montélimar

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription e (maxi. 20 pers.)

Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 15 H À 16 H**

### **ATELIER « OREILLE CURIUEUSE »**

Les 30 Glorieuses avec une projection d'extraits de film accompagnés de musique et chansons sur ce thème.

📍 médiathèque

**Gratuit** | Ouvert à tous | Plus de 60 ans habitant à Montélimar.

Inscription nombre (maxi. 12 pers.)

Contact | **Retraite Active et Aînés 04 75 00 26 52**

*Organisé par le Service de la Retraite Active et des Aînés de la ville de Montélimar.*

**SAMEDI 8 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **LES GESTES QUI SAUVENT**

Initiation aux gestes de premiers secours.

📍 Dans les locaux de AM services

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **AM Services/ 04 75 49 05 24 – am.services2607@gmail.com**

*Organisé par le Service d'aide à domicile AM Services.*

## NYONS

**LUNDI 3 OCTOBRE - À 14 H 30**

### **PROTÉGEONS-NOUS !**

Informations sur les gestes qui sauvent et des conseils en prévention, en partenariat avec les Pompiers et la Police Municipale. Après-midi ponctuée d'un en-cas convivial.

📍 Maison de Pays de Nyons

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription dans la limite des places disponibles  
Contact | **04 75 26 50 27** (transport possible sur demande)

*Organisé par le Centre Communal d'Actions Sociale – Mairie de Nyons en partenariat avec les Pompiers et la Police Municipale.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H-16 H 30**

### **P'TIT BAL FOLK INTERGÉNÉRATIONNEL**

Danser pour rester vivant, relié aux autres et rester à l'écoute de son corps ! Telle est notre ambition pour ce rendez-vous de danses réunissant des jeunes du service jeunesse et des seniors. Des musiciens joueront des musiques traditionnelles pendant qu'une intervenante animera le bal en expliquant et en montrant les pas.

📍 Salle polyvalente de résidence autonomie- EHPAD la Pousterle

**Gratuit** | Ouvert à tous  
Contact | **06.82.55.92.07** [j.deneuille@nyons.com](mailto:j.deneuille@nyons.com)

*Organisé par : Service Municipal Jeunesse de Nyons, en partenariat avec le CCAS de Nyons et le CAP Drôme Provençale.*

## NYONS

**LUNDI 5 OCTOBRE - DE 10 H - 11 H 15 ET 17 H - 18 H 15**

### **JEU DE PEINDRE INTERGÉNÉRATIONNEL**

Atelier d'expression libre par la peinture. Venez expérimenter le jeu de peindre, seuls ou avec vos petits-enfants, dans un cadre permettant de renouer avec votre spontanéité.

📍 Maison des Possibles, 26 rue pierre Toesca, Nyons

**Gratuit** | Ouvert à tous (7 pers. maxi par séance) possibilité de solliciter un transport solidaire en cas de difficultés de mobilité.

Contact | **inscription auprès du Carrefour des Habitants 04 75 26 47 31**

*Organisé par le Carrefour des Habitants.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **APRÈS-MIDI TOUT EN MUSIQUE**

Venez participer à une après-midi intergénérationnelle musique et chansons.

📍 Centre de Loisirs des Guards

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Christelle MARIE 06 07 90 37 76**

*Organisé par Les Fongères et le centre de Loisirs.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 9 H À 12 H ET 14 H À 18 H**

### **DÉCOUVRIR LE VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE**

Pour faire la découverte du vélo à assistance électrique

Mise à disposition d'un VAE sur une à deux heures avec parcours d'initiation accompagné.

📍 Digue de Nyons

**Gratuit** | Ouvert à tous, possibilité d'être véhiculé jusqu'au lieu de rendez-vous. Téléphone pour info et réservation auprès de Carrefour des habitants

Contact | **Carrefour des habitants au 04 75 26 47 31  
pour information et réservation**

*Organisé par le carrefour des habitants et sports évasion.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 14 H À 15 H**

## L'ESCALADE À L'HORIZONTAL

Éric vous attend pour découvrir comment garder la forme et l'équilibre par une activité de grimpe à l'horizontal.

📍 Centre de rééducation de l'ATRIR

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Standard 04 75 26 55 00**

*Organisé par Éric ECREMENT en partenariat avec Joëlle GARRONE.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - À 14 H 30**

## CINÉ SENIORS

Film surprise à déguster sans modération.

📍 Cinéma l'Arlequin

**Gratuit** | Ouvert à tous | **Tarif 3,50 €**

Contact | **04 75 26 50 27** (transport possible sur demande)

*Organisé par le Centre Communal d'Actions Sociale – Mairie de Nyons, en partenariat avec le Cinéma l'Arlequin et le CAP Drôme Provençale.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 16 H-18 H**

## « RELAXATION SONORE »

Les sons et les vibrations sonores vous accompagnent dans la relaxation sonore, avec des bols tibétains et de cristal, des gongs et carillons. L'intervenant est Jean-Claude Tricard, il est sono-thérapeute de formation.

📍 Maison des Possibles 26 rue pierre Toesca Nyons

**Gratuit** | Ouvert à tous, possibilité d'être véhiculé jusqu'au lieu de rendez-vous. Téléphone pour info et réservation auprès de Carrefour des habitants.

Contact | **Carrefour des habitants au 04 75 26 47 31**  
**pour information et réservation**

*Organisé par le Carrefour des Habitants.*



## NYONS

**VENDREDI 7 ET SAMEDI 8 OCTOBRE**

**DE 15 H À 17 H**

### **« QUI SUIS-JE ? »**

« Regards d'enfants sur les personnes âgées » quelle vision de la vieillesse ? Présentation de dessins réalisés par des enfants entre 6 et 11 ans. Portraits de résidents sous forme d'exposition photos et de clips d'œils de leurs histoires de vie (événements marquants, anecdotes...). Venez découvrir qui se cache derrière chaque regard.

📍 Résidence Autonomie « La Pousterle »  
14, rue Pierre TOESCA – NYONS

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Dominique KUHN 06 75 32 75 95**

*Organisé par l'ORSAC « LA POUSTERLE » - Résidence Autonomie.*

**SAMEDI 8 OCTOBRE**

**DE 9 H À 18 H**

### **A LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE LOCAL : « LE DEVES »**

Découvrir la faune et la flore du DEVES ; montagne emblématique du nyonsais.

📍 Maison des possibles 26 rue toesca Nyons

**Gratuit** | Ouvert à tous | Randonnée découverte avec du dénivelé.

Possibilité d'être véhiculé jusqu'au lieu de rendez-vous.

Téléphone pour info et réservation auprès de Carrefour des habitants

Contact | **Maison des possibles pour information**  
**et réservation au 04 75 26 47 31**

*Organisé par la Maison des possibles.*



## DURANT TOUTE « LA SEMAINE BLEUE »

**ATELIERS - ENTRE 10 H ET 12 H ET 14 H 30 ET 17 H 30**

### « MÉMOIRE DE BALS ET DE MUSIQUES »

Qui n'est pas allé au bal, à la guinguette ou en boîte de nuit, voire en fête privative, lors de sa jeunesse ? Nous irons à la rencontre de nos aînés, pour redécouvrir les ambiances festives dansées, jouées, chantées d'antan. Leurs musiques préférées nous révéleront peut-être leurs petits secrets de jeunesse ; un temps de partage, de convivialité, retransmis pour la joie de tous !

📍 Les résidences autonomes « La Pusterle » et « Moun Oustaou » à Nyons et villages aux alentours.

**Gratuit** | Ouvert à tous personnes de plus de 65 ans.  
Possibilité d'être véhiculé jusqu'au lieu de rendez-vous.

Contact | **Information et réservation**

**Mariette Gueydon 06 43 62 79 57 et 04 75 26 47 31**

*Organisé par le Carrefour des habitants.*

### ATELIERS DE DÉCOUVERTE SENSORIELLE

**ENTRE 10 H ET 12 H - 14 H 30 ET 17 H 30**

### « MES SOUVENIRS AVEC LES ODEURS »

Aller à la rencontre des personnes âgées et de leurs souvenirs rattachés aux odeurs proposées : en huiles essentielles, herbes séchées, aliments bruts, épices. Les odeurs deviennent support émotionnel et communication partagée. Les vécus seront ensuite retransmis anonymement ou non, pour être révélés aux visiteurs dans des espaces de partages « détente », tels que dans les jardins de la Maison des Possibles, ou de La Pusterle, pour s'offrir un espace de (re) découverte et de nostalgie.

📍 Maisons et associations/clubs de personnes âgées

**Gratuit** | Ouvert à tous personnes de plus de 65 ans.  
Possibilité d'être véhiculé jusqu'au lieu de rendez-vous.

Contact | **Information et réservation**

**Mariette Gueydon 06 43 62 79 57 et 04 75 26 47 31**

*Organisé par le Carrefour des habitants.*

## PIERRELATTE

**LUNDI 3 OCTOBRE - DE 15 H À 16 H**

### **DÉMONSTRATION DE GYM EN CHAISE**

Sous l'œil bienveillant et les conseils avisés de M. BONTEMPI Philippe éducateur sportif APA (Activités Physiques Adaptées), se déroulera en plusieurs étapes : réveil musculaire, articulaire et respiratoire - Solliciter l'amplitude articulaire et la résistance musculaire du haut et du bas du corps.

Activité dynamique en groupe - Relaxation – Clôture par un moment de convivialité.

📍 Résidence La Pastourelle - 14 Avenue Charles Jaume

**Gratuit** | Ouvert à tous | Réservation avant **le lundi 26 septembre** (places limitées)

Contact | **04 75 96 12 00** [animation@residencelapastourelle.fr](mailto:animation@residencelapastourelle.fr)

*Organisé par la Résidence La Pastourelle en partenariat avec M. BONTEMPI Philippe.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H À 15 H 30**

### **SPORT BOULES - JEUX INTERGÉNÉRATIONNELS**

Découverte de l'activité Sport Boules Santé.

Au programme : jeux de points et de tirs, concours tir / point cadencé.

📍 Bouldrome George Hugues - Pierrelatte

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription obligatoire

Contact | [contact.coala26@gmail.com](mailto:contact.coala26@gmail.com) **06 70 09 67 77**

*Organisé par COALA26, CCAS Pierrelatte*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 15 H À 17 H**

### **LOTO**

3 séries de 3 quines et 1 carton plein seront proposés avec de nombreux lots à gagner.

📍 Résidence la Pastourelle - 14 Avenue Charles Jaume

**Gratuit** | Ouvert à tous

**Tarif 2€** le carton (réservation avant **le lundi 26 septembre**)

Contact | **04 75 96 12 00** [animation@residencelapastourelle.fr](mailto:animation@residencelapastourelle.fr)

*Organisé par la résidence La Pastourelle.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 16 H 15 À 17 H**

## **CROC-LIVRE INTERGÉNÉRATIONNEL**

 Bibliothèque de Pierrelatte

**Gratuit** | Ouvert à tous | Les seniors et enfants

Contact | **04 75 96 88 88** [accueilccas@ville-pierrelatte.fr](mailto:accueilccas@ville-pierrelatte.fr)

*Organisé par le CCAS et Bibliothèque.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 15 H À 16 H 30**

## **JEUX DE MÉMOIRE**

Projection de différents jeux de mémoire (remue-méninges, charades, petits bac etc.).

 Résidence la Pastourelle - 14 Avenue Charles Jaume

**Gratuit** | Ouvert à tous | Réservation avant le lundi 26 septembre

Contact | **04 75 96 12 00** [animation@residencelapastourelle.fr](mailto:animation@residencelapastourelle.fr)

*Organisé par la résidence La Pastourelle.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 14 H À 15 H**

## **DÉMONSTRATION DE L'ATELIER EQUILIBRE ET PRÉVENTION DES CHUTES ANIMÉ PAR L'ASSOCIATION SIEL BLEU**

Maintien et amélioration des capacités physiques des personnes âgées ou en situation de fragilité. L'atelier vise à repousser les effets de la dépendance et des handicaps liés à la maladie, au vieillissement ou au handicap.

Celui-ci consiste en un cours d'activité physique adapté aux capacités de chacun.

 Résidence La Pastourelle - 14 Avenue Charles Jaume

**Gratuit** | Ouvert à tous | Réservation avant le lundi 26 septembre (places limitées)

Contact | **04 75 96 12 00** [animation@residencelapastourelle.fr](mailto:animation@residencelapastourelle.fr)

*Organisé par la Résidence La Pastourelle en partenariat avec l'association SIEL BLEU.*

## PIERRELATTE

**DU 3 AU 9 OCTOBRE - À 12 H**

### **UN REPAS AU RESTAURANT**

📍 Restaurants de Pierrelatte participant à l'opération

**Ouvert à tous** les seniors

Contact | 04 75 96 88 88 [accueilccas@ville-pierrelatte.fr](mailto:accueilccas@ville-pierrelatte.fr)

*Organisé par le CCAS en partenariat avec les restaurateurs.*

**LES 5 - 11 - 14 - 18 - 21 ET 25 OCTOBRE**

**DE 14 H 30 À 16 H 30**

### **ATELIERS SOPHROLOGIE ET AUTO MASSAGE ANIMÉS PAR M<sup>ME</sup> MARIE DESREUMAUX (SOPHROLOGUE)**

📍 Foyer de l'âge d'or

**Gratuit** | Ouvert à tous les seniors

Contact | 04 75 96 88 88 [accueilccas@ville-pierrelatte.fr](mailto:accueilccas@ville-pierrelatte.fr)

*Organisé par le CCAS en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*

**JEUDI 13 OCTOBRE - DE 11 H 45 À 17 H 30**

### **REPAS DANSANT DES SENIORS**

📍 Salle des fêtes de Pierrelatte

**Gratuit** | Ouvert à tous les seniors de plus de 70 ans

Contact | 04 75 96 88 88 [accueilccas@ville-pierrelatte.fr](mailto:accueilccas@ville-pierrelatte.fr)

*Organisé par le CCAS et la ville de Pierrelatte.*

**JEUDI 13 OCTOBRE - DE 14 H À 16 H**

### **INITIATION SPORT ET DÉTENTE**

📍 Foyer de l'âge d'or

**Gratuit** | Ouvert à tous les seniors

Contact | 04 75 96 88 88 [accueilccas@ville-pierrelatte.fr](mailto:accueilccas@ville-pierrelatte.fr)

*Organisé par le CCAS et l'association Ener'gym.*

## REMUZAT

**LUNDI 3 OCTOBRE - À 15 H**

### **MARCHE BLEUE**

Le club de marche de REMUZAT vous invite à venir faire quelques pas ensemble, autour du pittoresque village de REMUZAT. Venez nous rejoindre derrière la grande écharpe bleue tricotée par le club, qui traversera le village afin de rassembler marcheuses et marcheurs autour de beaux paysages. Clôturé par le verre de l'amitié.

📍 Remuzat

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Monique GUILLON 06 82 10 05 57**

*Organisé par l'association de l'Âge d'Or.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - À 17 H**

### **LES P'TITES COMMÈRES MARPA**

Petites scénettes humoristiques, réalisées et jouées par de grands et petits acteurs, résidents de la MARPA, Club de l'Âge d'Or et villageois. Clôturé par le verre de l'amitié.

📍 Village vacances des lavandes

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Monique GUILLON 06 82 10 05 57**

**Chrystelle BATAILLON 06 49 88 47 54**

*Organisé par l'association de l'Âge d'Or et la MARPA des Baronniees, en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*



## REMUZAT

**SAMEDI 8 OCTOBRE - DE 15 H À 18 H**

### **AU FIL DU TEMPS LA MODE DÉFILE... DÉFILÉ DE MODE INTER GÉNÉRATIONNEL ET EXPOSITION DE PHOTOS D'HIER ET D'AUJOURD'HUI**

La mode d'hier à aujourd'hui entre habits traditionnels provençaux d'antan et vêtements décontractés d'aujourd'hui, défilé de mode, avec la participation des résidents de la MARPA, l'Association de l'Âge d'Or, les villageois et les enfants de l'école de Rémuzat. Clôturé par le verre de l'amitié.

 Village vacances des lavandes

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Chrystelle BATAILLON 06 49 88 47 54**

*Organisé par la MARPA des Baronnie et l'Âge d'Or en partenariat avec le CAP Drôme Provençale.*

## ROCHEFORT EN VALDAINE

**VENDREDI 7 OCTOBRE**

### **A NOS SENIORS**

**Matin de 11 h à 12 h** atelier les gestes de premiers secours  
+ matériel d'alerte

**Repas de midi** offert aux personnes âgées de plus de 65 ans.

**14 h à 16 h** après-midi récréative autour de jeux et présentation  
du colis de fin d'année.

**16 h/17 h** rencontre avec les enfants du péri-scolaire  
Clôture autour d'un moment convivial.

 Foyer de Rochefort en Valdaïne

**Gratuit** | Ouvert aux personnes âgées de + de 65 ans  
de Rochefort en Valdaïne

Contact | **Pascal Coulon 06 77 74 30 73 Mairie de Rochefort en Valdaïne**

*Organisé par le service social de la Mairie de Rochefort en Valdaïne.*

## SAINT-PAUL-TROIS-CHÂTEAUX

**LUNDI 3 OCTOBRE - À 11 H**

### **APÉRITIF D'OUVERTURE SEMAINE BLEUE**

Accueil des intervenants et des participants.

📍 Maison des Aînés, 20 Boulevard St Vincent  
26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert à tous | Places limitées  
Priorité aux Tricastins de + de 65 ans

Contact | **Maison des Aînés 04 75 96 60 51**

*Organisé par le CCAS.*

**LUNDI 3 OCTOBRE**

**DE 14 H À 15 H 30 ET 16 H À 17 H 30**

### **ATELIER SOPHROLOGIE**

Animé par M<sup>me</sup> Marie Desreumaux, cet atelier s'inscrit dans une démarche de prévention santé, en montrant les effets bénéfiques des techniques de relaxation, de respiration, de mouvements corporels, de décontraction et de visualisation.

📍 Maison des Aînés 20 Boulevard St-Vincent  
26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert à tous (Places limitées à 10 pers./séance)  
Priorité aux Tricastins de + de 65 ans

Contact | **Maison des Aînés 04 75 96 60 51**

*Organisé par le CCAS.*

**LES 4 / 11 / 18 OCTOBRE - DE 18 H À 20 H**

### **ATELIER D'ÉCRITURE AVEC NATHALIE PILLEY**

Atelier d'écriture en trois séances, « Changeons notre regard sur les aînés » .

📍 Médiathèque - 16, Rue Notre Dame 26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscription (8 pers. par session)

Contact et inscription | **04 75 96 61 80 [mediatheque@mairie-sp3c.fr](mailto:mediatheque@mairie-sp3c.fr)**

*Organisé par la Médiathèque.*

## SAINT-PAUL-TROIS-CHÂTEAUX

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H À 16 H**

### **ATELIER NEURO MÉMO STIMULATION MÉMOIRE**

Exercices de stimulation de la mémoire auditive, visuelle, cognitive et questions de culture générale.

📍 Centre social MOSAÏC – Espace Coluche - 10 rue du Serre Blanc

**Gratuit** | Ouvert à tous | Intergénérationnel

Contact | **Association MOSAÏC 04 75 00 82 30**

*Organisé par Services d'Aide et d'Accompagnement à Domicile en partenariat avec Mosaïc centre socio-culturel.*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 9 H 30 À 11 H 30**

### **1 ARBRE, 1 ENFANT, 1 SÉNIOR**

Cette opération, organisée par le CCAS et le Rubi's Cube, consiste, outre sa dimension culturelle universelle, à planter un arbre afin de contribuer durablement au reboisement de la résidence « La Joie de Vivre ». Chaque petit jardinier accompagné de son aîné, deviendra le symbole de leur implication dans la sauvegarde du patrimoine végétal.

📍 Maison des Aînés/Résidence La Joie de Vivre 20 Bd St-Vincent  
26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert à tous | Priorité aux résidents et bénéficiaires de la  
Maison des Aînés

Contact | **Maison des Aînés 04.75.96.60.51**

*Organisé par le CCAS en collaboration avec le Rubi's Cube.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 14 H À 18 H 30**

### **JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS FAMILIAUX**

14 h à 15 h 30 : Rencontre retransmission Visio « Vous aidez un proche ? 10 conseils pour l'accompagner au quotidien ! » animée par Valérie Blache, neuropsychologue.

- de 15 h 30 à 16 h 30: Yoga du rire avec M<sup>me</sup> KADRI

- de 16 h 30 à 18 h 30 : Art floral avec Edith HOCHSTETLER

📍 Centre social Mosaïc – Espace Coluche - 10 rue du Serre Blanc

**Gratuit** | Ouvert à tous

Contact | **Association MOSAÏC 04 75 00 82 30**

*Organisé par MOSAÏC en partenariat avec les acteurs du GPS  
(Groupe Prévention Seniors).*

**JEUDI 6 OCTOBRE - À 10 H**

## **VISITE DÉCOUVERTE AIDE À LA LECTURE**

Visite de la médiathèque et présentation de ses collections adaptées à l'aide à la lecture : grands caractères, liseuses, livres audio, loupes de lecture, ressources numériques.

📍 Médiathèque - 16, Rue Notre Dame 26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert à un public adulte (sur inscription – 15 pers.)

Contact et inscription | **04 75 96 61 80** [mediatheque@mairie-sp3c.fr](mailto:mediatheque@mairie-sp3c.fr)

*Organisé par la Médiathèque.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - À 18 H**

## **CINÉ-DÉBAT AUTOUR DU FILM «THE FATHER» AVEC FLORIAN ZELLER EN PARTENARIAT AVEC L'ASSOCIATION FRANCE ALZHEIMER DRÔME**

Projection suivie d'une présentation de l'association et d'un échange avec le public.

📍 Médiathèque - 16, Rue Notre Dame 26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert aux ados – adultes | À partir de 14 ans  
(sur inscription 25 pers.)

Contact et inscription | **04 75 96 61 80** [mediatheque@mairie-sp3c.fr](mailto:mediatheque@mairie-sp3c.fr)

*Organisé par la Médiathèque.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 14 H À 16 H**

## **ATELIER MÉMOIRE**

Animé par M<sup>me</sup> Marie Desreumaux, cet atelier vise à réunir des personnes pour favoriser le lien et les stimuler dans leurs expressions physiques et psychiques au travers des jeux ludiques nécessitant mémoire, concentration, imagination, rapidité, mobilisation corporelle...

📍 Maison des Aînés 20 Boulevard St-Vincent - 26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert à tous | Priorité aux Tricastins de + de 65 ans (places limitées)

Contact | **Maison des Aînés 04.75.96.60.51**

*Organisé par le CCAS.*

**SAMEDI 8 OCTOBRE - À 10 H 30**

## **KAMISHIBAÏ « MAMIE PERD SES MOTS »**

Kamishibaï sur la maladie d'Alzheimer.

📍 Médiathèque - 16, Rue Notre Dame - 26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert à toute personne de plus de 6 ans

+ adultes (inscription – 15 pers.)

Contact et inscription | **04 75 96 61 80** [mediatheque@mairie-sp3c.fr](mailto:mediatheque@mairie-sp3c.fr)

*Organisé par la Médiathèque.*

**SAMEDI 8 OCTOBRE - À 16 H**

## **CERCLE DE LECTURE « CHANGEONS NOTRE REGARD SUR LES AÎNÉS »**

Textes lus à voix haute.

📍 Médiathèque - 16, Rue Notre Dame - 26130 Saint-Paul-Trois-Châteaux

**Gratuit** | Ouvert aux ados – adultes | Inscription – 50 pers.

Contact et inscription | **04 75 96 61 80** [mediatheque@mairie-sp3c.fr](mailto:mediatheque@mairie-sp3c.fr)

*Organisé par la Médiathèque.*

## **SAVASSE**

**MERCREDI 5 OCTOBRE**

### **« JOURNÉE DOUCEURS D'AUTOMNE »**

**10h** « Savasse loisirs » : musique, lecture sur le thème de la tendresse.

**12h** Repas en commun réalisé par le traiteur de la cantine scolaire (5€/pers.).

**15h** Atelier intergénérationnel autour de sucreries – jeux de sociétés/jeux de cartes.

**16h** Goûter.

📍 Salle des fêtes

**Gratuit** | Ouvert à tous | Mais repas à 5€/pers (inscription en mairie)  
Contact | **Mairie Babette Dray 06 60 11 21 34**

*Organisé par le CCAS, le club « soleil d'automne » et le CAP Drôme provençale.*

**JEUDI 6 OCTOBRE - DE 10 H 30 À 11 H 30**

## **LE SPORT N'A PAS D'ÂGE : activités physiques adaptées et santé pour les personnes handicapées vieillissantes**

Présentation et Découverte de l'activité physique adaptée à travers différents ateliers et des moments d'échanges. L'activité permet de se maintenir en forme et de garder son autonomie quel que soit l'âge !

📍 Stade de Foot, Quartier Blaches 26740 Savasse

**Gratuit** | Ouvert à tous | **Inscription obligatoire**  
Contact | **contact.coala26@gmail.com 06 70 09 67 77**

*Organisé par COALA 26.*

## TULETTE

**LUNDI 3 OCTOBRE - À 14 H**

## **OUVERTURE DE LA SEMAINE BLEUE**

Premier atelier d'écriture et de témoignages avec Geneviève Arnaud et Renée Payan Exposition « Changeons de regard » en présence des créateurs tulettiens participants à la semaine bleue.

📍 Maison du 3<sup>e</sup> âge

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscriptions aux ateliers indispensables à partir du **5 septembre 2022**.

Contact | **mairie 04 75 98 32 02**

*Organisé par le CCAS de Tulette en partenariat avec le club « la joie de vivre » et le soutien de la Conférence des Financeurs de la Drôme et du CAP Drôme Provençale.*

## TULETTE

**MARDI 4 OCTOBRE**

**DE 10 H À 12 H ET DE 14 H 30 À 17H**

### **BIEN DANS SON CORPS, BIEN DANS SON ASSIETTE.**

10 h à 12 h : initiation à la sophrologie, détente intellectuelle et réveil corporel (M.Desreumaux)

14 h 30 à 17 h : une bonne alimentation et les idées reçues sur la nutrition  
Dégustation de produits Axelle Malinconi et Renée Payan.

 Maison du 3<sup>e</sup> âge

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscriptions aux ateliers indispensables  
à partir du **5 septembre 2022.**

Contact | **mairie 04 75 98 32 02**

*Organisé par le CCAS de Tulette en partenariat avec le club « la joie de vivre » et le soutien de la Conférence des Financeurs de la Drôme et du CAP Drôme Provençale .*

**MERCREDI 5 OCTOBRE - DE 14 H 30 À 17 H 30**

### **JEUX DE SOCIÉTÉ (NADINE BÈGUE) ET BALLADE MARCHE AVEC BÂTONS (UFOLEP / GROUPE DES MARCHEURS TULETTIENS/ RENÉE PAYAN)**

 Maison du 3<sup>e</sup> âge

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscriptions aux ateliers indispensables  
à partir du **5 septembre 2022.**

Contact | **mairie 04 75 98 32 02**

*Organisé par le CCAS de Tulette en partenariat avec le club « la joie de vivre » et le soutien de la Conférence des Financeurs de la Drôme et du CAP Drôme Provençale.*



**JEUDI 6 OCTOBRE**

DE 9 H 30 À 12 H ET DE 14 H À 16 H 30

**ATELIER DE MESSAGES ASSIS (MARIE DESREUMEUX)  
ET ATELIER D'ÉCRITURE ET TÉMOIGNAGES**

**(GENEVIÈVE ARNAUD)**

 Maison du 3<sup>e</sup> âge

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscriptions aux ateliers indispensables  
à partir du **5 septembre 2022**.

Contact | **mairie 04 75 98 32 02**

*Organisé par le CCAS de Tulette en partenariat avec le club « la joie de vivre » et le soutien de la Conférence des Financeurs de la Drôme et du CAP Drôme Provençale.*

**VENDREDI 7 OCTOBRE - DE 14 H À 16 H 30**

**MARCHE DOUCE AVEC BÂTONS  
ET JEUX DE SOCIÉTÉ**

Rencontre avec les associations tulettes et visite du musée de la figurine.

 Maison du 3<sup>e</sup> âge

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscriptions aux ateliers indispensables  
à partir du **5 septembre 2022**.

Contact | **mairie 04 75 98 32 02**

*Organisé par le CCAS de Tulette en partenariat avec le club « la joie de vivre » et le soutien de la Conférence des Financeurs de la Drôme et du CAP Drôme Provençale.*

**SAMEDI 8 OCTOBRE 2022 - DE 14 H 30 À 17 H 30**

**GOÛTER FESTIF DE CLÔTURE  
AVEC LES PARTICIPANTS ET ORGANISATEURS  
DE LA SEMAINE BLEUE**

 Maison du 3<sup>e</sup> âge

**Gratuit** | Ouvert à tous | Inscriptions aux ateliers indispensables  
à partir du **5 septembre 2022**.

Contact | **mairie 04 75 98 32 02**

*Organisé par le CCAS de Tulette en partenariat avec le club « la joie de vivre » et le soutien de la Conférence des Financeurs de la Drôme et du CAP Drôme Provençale.*

## CONTACT

# CAP DRÔME PROVENÇALE

Michèle CAMPBELL

Direction des Territoires

33 avenue d'Espoulette

26200 MONTELLIMAR

06.84.31.46.71

cap-dromeprovencale@ladrome.fr

ladrome.fr

## LES PARTENAIRES

La CFPPA26 partenaire financier de nombreuses actions.

**BUIS LES BARONNIES** Commune de Mollans-sur-Ouvèze, le centre hospitalier de Buis-les-Baronnies, Le CCAS de Mollans-sur-Ouvèze et le club de l'Amitié Mollanaise.

**DIEULEFIT/BOURDEAUX** Mairie de La Bégude de Mazenc, Bourdeaux, Dieulefit, médiathèque de Dieulefit, EHPAD Leis Eshiroù, la maison de retraite L'Oustalet de Bourdeaux, Le CCAS de Dieulefit, la communauté des communes de Dieulefit Bourdeaux, Les Resto du cœur, L'épicerie solidaire, MSA, Le Collectif partenaires de prévention seniors du territoire Dieulefit/Bourdeaux, L'Hôpital local de Dieulefit, L'association « Le petit train du Picodon ».

**PLAINE DE MARSANNE** Mairies de Cléon d'Andran, de Marsanne, Savasse, Le CCAS de Marsanne, Bibliothèque de Cléon d'Andran, le Foyer de l'amitié cléonnaise, l'ADMR, EHPAD Les Coteaux de Marsanne, Association « Vieillir au Village », Club « Soleil d'Automne », COALA26.

**MONTILIEU** Villes de Allan, Châteauneuf-du-Rhône, Malataverne, Montélimar et Rochefort-en-Valdaine, Service de la Retraite active et des aînés de la ville de Montélimar, Soliha Drôme, FranceAlzheimer, SADAM Services 26/07, La Résidence Seniors Domitys, Les Alexis Montélimar, l'Espace Public Numérique et le Centre Municipal de Santé, M<sup>me</sup> Michèle DIDIO, Police Nationale, service des espaces verts de la Ville de Montélimar, MAC (Musée d'Art Contemporain), la Médiathèque de Montélimar, UMS Athlétisme, Le service des Archives l'Office du Tourisme, Centre Municipal de Santé, Centre Aquatique ALOHA, UMS Athlétisme, SOLIHA, Théâtre de Montélimar, La résidence Domitys.

**NYONSAIS** Ville de Nyons, CCAS de NYONS, Les Pompiers et la police Municipale de Nyons, Association « Carrefour des habitants », La maison des possibles, EHPAD et résidence Autonomie ORSAC La Pouterle, le cinéma « L'Arlequin », Les Fongères, Service Municipal Jeunesse de Nyons, Association « Sports évasion », Joëlle GARRONE.

**RÉMUZAT** Les communes de Rémuzat, de Cornillon-sur-L'Oule, MARPA et le club L'Âge d'Or de Rémuzat, Comité des fêtes de Cornillon.

**TRICASTIN** Villes Donzère, Les Granges Gontardes - Pierrelatte, St-Paul-Trois-Châteaux et Tulette, le CCAS de Donzère de Pierrelatte et de St-Paul-Trois-Châteaux, « La Maison des Aînés » du CCAS et Le centre Social Mosaïc de St-Paul-Trois-Châteaux, SAAD « Ancre à Domicile » de St Paul, la Résidence La Pastourelle de Pierrelatte - Association « Les Canards Sauvages », Siel Bleu, SAD AM Services 26/07, Mr BONTEMPI Philippe (Educateur APA), Bibliothèque de Pierrelatte, l'association « Ener'gym », Médiathèque de St-Paul-Trois-Châteaux - ADF du Tricastin, l'ALSH Rubis'cube.