

Seniors infos

LA CALIFORNIE – AU GOÛT DU JOUR

DÉCEMBRE 2023



Oullins
fête Noël

Programme des animations gratuites, ouvertes à tous les retraités

• **La Californie**

37 avenue de la Californie – 04 78 86 61 50 – sarto@ville-oullins.fr

• **Au Goût du Jour**

3 rue Pierre-Joseph Martin – 04 72 30 56 16

 oullins.fr  Oullins  [ville_oullins](https://www.instagram.com/ville_oullins)

Ville
d'Oullins

Oullins fête Noël

► **Découvrez la maison illuminée d'Hervé Legros**, 14 rue Robert Schuman. L'inauguration aura lieu **samedi 2 décembre à 17h30** avec un concert de Gospel par la chorale Bana M'Boka.

D'autres soirées festives suivront avec un concert par le Brass Band de Music'85 **samedi 9 décembre à 17h30** et la chorale du Musique O' Parc **samedi 16 décembre à 17h30**.

.....
► **Concert de Jazz à la Californie le jeudi 14 décembre à 15h avec un trio de jazz peu ordinaire : Lili's Bakers**

Avis à tous les mélomanes et curieux qui souhaitent déguster du jazz, là où on ne l'attendrait pas ! Plongez dans un paysage sonore sans percussion ni batterie qui vous sera offert au masculin et au féminin, avec des créations originales jouées par un pianiste, un contrebassiste et une saxophoniste, mais également des pièces réarrangées de Lili Boulanger, Joshua Redman, Betty Carter, Carla Bley ou Fanny Mendelssohn...



→ **Modalités** : Résidence la Californie 37 avenue de la Californie / tél. 04 78 86 61 50

.....
► **Venez danser Au Goût du jour avec l'accordéoniste Nicolas Grandfils et sa chanteuse.**

Rendez-vous le **mardi 19 décembre à 15h** pour une après-midi de danse et de bonne humeur au cours de laquelle le duo musical réinterprétera en direct les tubes des années 80. Ne manquez pas ce grand rendez-vous festif !

→ **Modalités** : Au Goût du jour 7 rue Pierre Joseph Martin / tél. 04 72 30 56 16



► **Réservez votre week-end des 16 et 17 décembre pour assister à l'une des deux représentations du spectacle de Noël** proposé par le CCAS de la Ville d'Oullins. Un courrier a été envoyé à tous les Oullinois de plus de 70 ans courant novembre pour les informer de toutes les modalités pratiques. Grande nouveauté cette année pour ce moment très attendu : rendez-vous dès 15h pour un goûter à partager avec les élus qui sera suivi du spectacle de l'étoile montante de la nouvelle génération des illusionnistes, Eric Lee.



► **Venez retirer en mairie votre colis de Noël, les mardi 5 et jeudi 7 décembre.**

Offerts par la Ville à tous les Oullinois de plus de 80 ans, ces colis sont composés de petites douceurs pour améliorer l'ordinaire.

L'envoi des courriers pour les colis et le spectacle de Noël se fait à partir des adresses mentionnées sur les listes électorales. Si vous n'êtes pas inscrit ou si vous avez récemment déménagé, signalez-vous au 04 72 66 07 62.

Travaillez votre équilibre et votre mémoire avec la Gym volontaire

L'association Gym volontaire propose une séance de gym douce tous les mercredis matin à Résidence la Californie. Venez faire de l'exercice toute en douceur !

L'association propose également une séance Équilibre et mémoire les mardis après-midi de 14h15 à 15h45 au Gymnase Moreaud. Elle offre des exercices qui renforcent l'équilibre afin d'éviter les chutes et, par conséquent, de préserver - autant que possible - l'autonomie des participants. Pour les activités en lien avec la mémoire, ce sont à la fois des exercices de déplacements dans l'espace et des exercices mémoriels qui sont proposés.

→ **Modalités** : pour plus d'informations, contactez l'association Gym volontaire au 06 70 89 10 57



Alors on danse !

L'Acso organise un nouveau bal à destination des seniors samedi 9 décembre, de 14h à 18h, au gymnase Moreaud, 91 rue de la République.

Vous avez aimé la première édition ? Parlez-en autour de vous, n'hésitez pas à inviter vos amis ! Sans inscription, la participation est libre. Vous pouvez apporter un petit quelque chose à partager, à boire ou à manger.

→ **Modalités** : Acso 04 72 66 39 39



Apprenez à bien utiliser votre smartphone ou votre tablette

Lors de cet atelier proposé par la conseillère numérique de la ville, apprenez comment bien prendre en main et paramétrer votre smartphone ou tablette et comment utiliser facilement au quotidien leur interface tactile.

→ **Modalités** : Au Goût du jour le 5 décembre à 14h30 en présence d'Élodie Grand conseillère numérique



Fabriquez votre livre accordéon : « je t'offre des émotions pour Noël »

Isabelle Gessen, animatrice d'ateliers d'expression artistique, propose de détourner la fête de Noël, parfois chargée d'émotions et de souvenirs, en un moment convivial et créatif, en décorant un petit livre accordéon, par la technique du collage de chutes de papiers cadeau qu'elle a récupérées au fil des Noël et des anniversaires. Un moment de créativité où l'imagination et les émotions ont le droit de se poser sur le papier. Apportez, si vous le pouvez, quelques petites chutes de papiers (pages de vieux livres, timbres, papier cadeaux, petits papiers qui sont précieux à vos yeux...).



→ **Modalités** : deux ateliers de 8 personnes sont proposés afin de prendre le temps avec chacun de créer calmement et d'échanger ensuite sur les créations réalisées. L'activité ne sera pas salissante.

1^{er} atelier prévu le vendredi 8 décembre, de 14h à 15h45 et 2^e atelier de 15h45 à 17h15
Inscription obligatoire au Goût du jour au 04 72 30 56 16.

À LA CALIFORNIE

VENDREDI 1^{er}

10h30 : qi gong avec le PLO

15h : reportage sur Lyon ville gourmande

LUNDI 4

15h : « Retrouvez votre identité » avec Cristofer - Lycée Jacquard

MARDI 5

15h : remue-méninges

MERCREDI 6

10h30 : gym douce avec la GV

15h : bowling et jeux d'adresse

JEUDI 7

15h : faites vos jeux

VENDREDI 8

10h : gym douce en vidéo

15h : vidéos sur les illuminations du 8 décembre

SAMEDI 9

14h30 : bal seniors avec l'Acso au gymnase Moreaud

LUNDI 11

15h : jeu quiz

MARDI 12

15h : diffusion spectacle en vidéo

MERCREDI 13

10h30 : gym douce avec la GV

15h : faites vos jeux

JEUDI 14

12h : repas de Noël à la Californie (*sur inscription et navette*)

15h : concert de Jazz - Lili's Bakers trio

VENDREDI 15

10h30 : qi gong avec le PLO

14h30 : atelier Lire et Sourire avec Eve

SAMEDI 16

15h : spectacle seniors au gymnase Herzog pour les Oullinois de plus de 70 ans (*sur inscription*)

DIMANCHE 17

15h : spectacle seniors au gymnase Herzog pour les Oullinois de plus de 70 ans (*sur inscription*)

LUNDI 18

14h30 : Scrabble en duplicate®

MARDI 19

12h : repas de Noël au Goût du jour (*sur inscription et navette*)

fermeture du restaurant de la Californie

15h : après-midi dansante avec l'accordéoniste Nicolas Grandfils et sa chanteuse au Goût du jour

MERCREDI 20

10h30 : gym douce avec la GV

15h : basket santé et jeux d'adresse

JEUDI 21

14h30 : loto

VENDREDI 22

10h : gym douce en vidéo

15h : badminton adapté avec le Baco

LUNDI 25

Férié (fermeture)

MARDI 26

14h30 : quiz des fêtes au Goût du Jour (*navette sur inscription*)

MERCREDI 27

14h30 : pétanque santé et jeux d'adresse au Goût du Jour (*navette sur inscription*)

JEUDI 28

14h30 : remue-méninges au Goût du Jour (*navette sur inscription*)

VENDREDI 29

14h30 : après-midi dansante et festivités avec DJ Hervé au Goût du Jour (*navette sur inscription*)

AU GOÛT DU JOUR

VENDREDI 1^{er}

14h30 : danse avec Mario

LUNDI 4

9h30 : qi gong l'éventail

14h30 : conférence « Mon alimentation : quel impact sur ma santé et sur notre environnement ? »

MARDI 5

14h30 : café numérique avec Élodie Grand

MERCREDI 6

14h30 : atelier mémoire avec la Carsat (*sur inscription*)

JEUDI 7

14h30 : faites vos jeux

VENDREDI 8

14h30 : atelier créatif sur le thème de Noël avec Isabelle Gessen (*sur inscription - nombre de place limité*)

SAMEDI 9

14h30 : bal senior avec l'Acso au gymnase Moreaud

LUNDI 11

14h30 : jeux de carte et Scrabble

MARDI 12

14h30 : atelier « Poésie et livre à partager » avec les lycéens de l'établissement professionnel Jacquard

MERCREDI 13

14h30 : remue-méninges

JEUDI 14

12h : repas de Noël à la Californie

15h : concert de jazz à la Californie - Lili's Bakers trio

Repas et concert sur inscription. Navette possible sur inscription.

Fermeture du restaurant au Goût du jour

VENDREDI 15

14h30 : bowling

SAMEDI 16

15h : spectacle senior au Gymnase Herzog pour les Oullinois de plus de 70 ans (*sur inscription*)

DIMANCHE 17

15h : spectacle senior au Gymnase Herzog pour les Oullinois de plus de 70 ans (*sur inscription*)

LUNDI 18

14h30 : jeux de carte et Scrabble®

MARDI 19

12h : repas de Noël au Goût du jour (*sur inscription*)

14h30 : après-midi dansante avec Nicolas Grandfils, accordéoniste et sa chanteuse

MERCREDI 20

14h30 : Trivial Pursuit®

JEUDI 21

14h30 : atelier écriture avec Antoine Leclerc

VENDREDI 22

14h30 : chantons ensemble avec Marie-Claude Turull

LUNDI 25

Férié (fermeture)

MARDI 26

12h : les anniversaires au restaurant

14h30 : quiz des fêtes

MERCREDI 27

14h30 : pétanque santé et jeux d'adresse

JEUDI 28

14h30 : remue-méninges

VENDREDI 29

14h30 : après dansante et festivités avec DJ Hervé