

ÉTÉ 2025

juillet / août / septembre

L'ACTU' ^x

de Pierre et Louise



PRÉVENTION CANICULE



Comme tous les ans, en partenariat avec la Croix Blanche, le CCAS reconduit le dispositif d'alerte et d'urgence : le Plan canicule.

Le Plan canicule, qu'est-ce que c'est ?

Il permet de soutenir les seniors fragiles et isolés de la commune en cas de fortes chaleurs du 1^{er} juin au 15 septembre. Comment ? Avec des appels téléphoniques et conseils proposés par le CCAS, des bénévoles et la Croix Blanche. Ainsi, pendant toute la période estivale, le CCAS coordonne l'intervention de tous en cas de niveau d'alerte 3 (passage en orange sur la carte vigilance météorologique).

Inscriptions et renseignements auprès du CCAS au 04 78 86 82 43.

PROFITEZ DE LA SALLE «INSTANT FRAÎCHEUR» !

En complément des jeux de société proposés en salle Gayet par le Club de l'Amitié, la Ville vous invite à faire une halte détente et ludique dans un îlot de fraîcheur du **15 juillet au 22 août**.

Mise en place du **lundi au vendredi**, la salle **Instant Fraîcheur** vous accueille de **14h à 17h**, avec au programme :

- > une salle climatisée pour se reposer, lire, jouer ou papoter
- > un espace lecture (magazines et bandes dessinées)
- > un espace jeux (sudoku, jeux de plateau, mots croisés, etc.), avec la présence de la ludothèque les mardis 8 et 15 juillet



APRÈS-MIDI FESTIVE



Le CCAS de Saint-Genis-Laval propose cet été une **Après-midi festive** à destination des seniors saint-genois. L'occasion de se retrouver autour d'une animation estivale et conviviale.

Rendez-vous le **lundi 21 juillet à 15h** au parc de la **Maison des Champs**.

- Au programme : prestation musicale et goûter !
- > Inscription obligatoire auprès du CCAS
 - > Nombre de places limitées

SEMAINE BLEUE RENDEZ-VOUS EN OCTOBRE

« Vieillir : une force à partager »

Du 6 au 12 octobre, participez à de nombreuses animations.

> Retrouvez le programme des événements dans votre Saint-Genis Info de la rentrée.

Inscriptions et renseignements auprès du CCAS

ÉTÉ 2025

juillet / août / septembre

Loisirs

Temps de rencontre convivial

GRATUIT

Mixcube

Moments de partage autour d'un thé ou d'un café.

La programmation est construite avec vous : ateliers créatifs, balades découvertes à Saint-Genis-Laval ou à Lyon, jeux de sociétés...

> **Les lundis de 14h à 18h**

Jeux de l'esprit : après-midi jeux de société

Animés par le Club de l'Amitié

Partagez un moment convivial autour des jeux de société !

Maison des Champs :

Du 1^{er} juillet au 7 juillet inclus et du 25 août au 30 septembre

> **Les lundis et vendredis de 13h30 à 17h30**

Adhésion annuelle : 27€

Possibilité de faire une séance d'essai

Salle Gayet, à La Mouche :

Du 9 juillet au 22 août

> **Les lundis, mercredis et vendredis, de 13h30 à 18h30**

Adhésion annuelle : 27€

Possibilité de faire une séance d'essai

Atelier cuisine

Café 1000 Vies - Animé par Sophie

> **Mercredi 2 juillet de 10h30 à 13h30**

Fabrication de makis au thon cuit puis dégustation au cours d'un repas partagé.

> **Mercredi 3 septembre de 10h30 à 14h**

Fabrication de baos (petits pains vapeur farcis) puis dégustation lors d'un repas partagé.

Sur inscription auprès du Café 1000 Vies au 06 95 73 13 46

Participation avec adhésion annuelle à prix libre

Les Terrasses de l'été

Place des Barolles - Organisées par l'Escalier Pierrette Morel

> **Mercredi 9 juillet de 17h à 20h**

Jeux, atelier tricot intergénérationnel et lectures sous parasol avec la médiathèque B612.

> **Mercredi 16 juillet de 17h à 20h**

Loto, atelier tricot intergénérationnel et lectures sous parasol avec la médiathèque B612.

Tarif du carton : 2€

> **Mercredi 23 juillet de 17h à 20h**

Structures gonflables, atelier tricot intergénérationnel et lectures sous parasol avec la médiathèque B612.

GRATUIT

Repas festif

Résidences autonomie Le Colombier et Les Oliviers

Venez célébrer la fête nationale dans les restaurants des résidences.

> **Mardi 16 juillet à 12h**

Tarif : 9,98 €

Sur inscription, auprès des résidences avant le 9 juillet

Chorale : les Voix de l'Amitié

Grande salle de la Caponnière - Animée par le Club de l'Amitié

> **Les mercredis de 14h à 16h (reprise mi-septembre)**

Adhésion annuelle : 27€

Participation aux frais : 180€ pour la saison de septembre

2025 à fin juin 2026 inclus

Portes ouvertes

GRATUIT

Café 1000 Vies

Découvrez l'univers du lieu et de ses bénévoles, vous y serez accueillis avec bonne humeur !

> **Vendredi 12 septembre de 16h à 19h**

Ouvert à tous, sans inscription

Bien-être

Sophrologie

GRATUIT

Résidences autonomie - Animée par un sophrologue
Mouvements doux, respiration et stimulation positive de votre imaginaire vous aideront dans votre quotidien.

Le Colombier :

> **Le mardi 1^{er} juillet, le vendredi 29 août et les lundis 1^{er} et 15 septembre à 10h**

Les Oliviers :

> **Les jeudis 3 et 10 juillet, le 21 et 28 août, le 4 et 25 septembre à 10h30**

Sur inscription auprès des résidences

Yoga du rire

GRATUIT

Résidences autonomie - Animé par une sophrologue

Apprendre à se déconnecter du mental pour se connecter au corps par le rire.

Le Colombier :

> **Les vendredis 4 juillet, 22 août et 12 septembre à 15h**

Les Oliviers :

> **Les vendredis 4 juillet, 22 août et 12 septembre à 16h30**

Sur inscription auprès des résidences

Atelier des aidants

Mairie – Organisé par le CCAS, animé par deux professionnels spécialisés en gérontologie
Vous accompagnez un proche âgé dépendant ?
Venez échanger autour d'un moment convivial.
> **Les mardis matin 8 et 22 juillet, 5 et 12 août, 9 et 23 septembre**
Sur inscription auprès du CCAS

Sport

Pétanque

Maison des Champs - Animé par le Club de l'Amitié
> **Les lundis, mercredis et vendredis de 13h30 à 17h30**
Sur inscription - Adhésion annuelle au Club de l'Amitié : 27€
Possibilité de faire une séance d'essai

GRATUIT
JUILLET- AOÛT

Danse

Mixcube - Animée par le Club de l'Amitié
> **Les mardis de 14h à 18h (sauf vacances scolaires)**
Dernière séance le 1^{er} juillet 2025
Reprise le mardi 9 septembre 2025
Adhésion annuelle : 27€
Possibilité de faire une séance d'essai

Balades pédestres et randonnées pédestres

Animées par le Club de l'Amitié
Reprise début octobre

Cinéma - Spectacle

Les Météores

Dans toute la ville
L'été dehors à Saint-Genis-Laval !
Au fil de cinq soirées gratuites et en plein air, les arts du cirque et de la rue se déploient aux quatre coins de la ville.
> **Les mardis dès 19h30 du 24 juin au 22 juillet**
Programme complet et renseignements auprès du théâtre La Mouche

GRATUIT

Concert Elaïa Babled

Café 1000 Vies
Chanson française des années 1960 à nos jours. Possibilité de petite restauration sur place.
> **Vendredi 18 juillet de 18h30 à 21h30**
Sur inscription auprès du Café 1000 Vies au 06 95 73 13 46
Participation avec adhésion annuelle à prix libre

Présentation de saison de la Mouche

La Mouche
La présentation de la saison 2025/2026 de La Mouche est un événement qui se veut festif et convivial. Venez visiter les coulisses du théâtre et du cinéma, découvrez l'exposition de l'illustrateur Jean Mallard, participez à « Jackpot », une performance dansée et ludique du Collectif ÈS...
> **Dimanche 21 septembre**

GRATUIT

Concert de Lydie and the Woods

Café 1000 Vies
Trio violon, contrebasse et voix. Possibilité de petite restauration sur place.
> **Vendredi 26 septembre de 18h30 à 21h30**
Sur inscription auprès du Café 1000 Vies au 06 95 73 13 46
Participation avec adhésion annuelle à prix libre

Littérature

Journées Européennes du Patrimoine

Découvrez le petit musée du B612 avec ses photos d'archives racontant l'histoire du bâtiment.
> **Samedi 20 septembre de 10h à 17h30**
> **Dimanche 21 septembre de 10h à 17h30**
pour les bénéficiaires d'Open+

GRATUIT

Infos

La Mouche : fermeture estivale

La Mouche fermera ses portes pour la pause estivale du **lundi 14 juillet au vendredi 29 août 2025**.

Médiathèque B612 : horaires estivaux

Du 12 juillet au 24 août (fermée le 14 juillet et du 15 au 16 août)
> **Ouverte du mardi au samedi de 9h à 13h**
> **Accès Open+ : les jeudis et vendredis de 18h30 à 21h30 et les dimanches de 10h à 17h30**
Sur place, grand choix de revues en accès libre.

Portage à domicile

Vous ne pouvez pas vous déplacer jusqu'au B612, mais vous avez envie de lire ? Le service de Portage à domicile est fait pour vous !

Inscriptions et renseignements auprès du B612 pendant les horaires d'ouverture de la médiathèque.

Contacts :

> mediatheque@mairie-saintgenislaival.fr
> 04 78 86 82 30

GRATUIT



RENCONTRE AVEC...

L'ASSOCIATION DE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE SAINT-GENIS-LAVAL



Présentez-vous !

Je suis Franck Debauge, président du club depuis 3 ans. Je suis également président du comité départemental de l'EPGV (Éducation Physique Gymnastique Volontaire), une structure qui accompagne l'ensemble des clubs du département et de la métropole.

Quelques mots sur l'association ?

L'association de Gym volontaire de Saint-Genis-Laval existe depuis 1980, elle est fondée sur la pratique du sport-santé.

Nous avons environ 580 adhérents, 10 animateurs professionnels diplômés et plus de 40 cours.

Nous proposons des activités variées et adaptées à tous :

- des activités en extérieur : balades et randonnées ;
- des activités dynamiques : cardio, renforcement musculaire, gainage...
- des activités plus zen : pilates, yoga, étirements, équilibre, souplesse... ;
- et plus récemment de la danse synchronisée et de la danse latine à partir de septembre 2025 !

Une bonne partie de nos adhérents ont entre 60 et 80 ans, c'est idéal pour rencontrer de nouvelles personnes, s'entretenir et créer du lien.

Quel rôle joue l'association pour le bien-être et la santé des seniors de Saint-Genis-Laval ?

Notre association propose un service global autour de la pratique du sport-santé, de la prévention et du bien-être, aussi bien physique que mental, sans oublier l'aspect convivial qui est essentiel.

Nous adaptons nos cours aux capacités et aux envies de chacun, que l'on soit débutant ou plus expérimenté, amateur d'activités douces ou dynamiques, en salle comme en plein air. Nous mettons également en place des séances spécifiques mieux adaptées à certaines personnes (yoga sur chaise, gymnastique mémoire et équilibre). Pratiquer une activité régulière, c'est essentiel pour bien vieillir, rester en forme et préserver son équilibre.

Quel est le coût de l'adhésion ?

L'adhésion est de 139 € /an et donne accès à 2 cours d'une heure par semaine, à choisir parmi toutes les activités proposées. L'inscription à des cours supplémentaires est possible. Elle inclura aussi dès septembre, l'accès à une application pour suivre sa progression, recevoir des conseils personnalisés et suivre certains cours en visio durant les vacances scolaires. Un tarif spécial est proposé aux couples : 239 € pour deux personnes, soit une réduction de 40 € ! Et pour les personnes en difficulté financière (chômage, RSA, étudiants...), un tarif solidaire de 70 € par an est prévu, sur présentation d'un justificatif.

Comment s'inscrire ?

C'est très simple, il vous suffit d'aller sur notre site internet www.gvsaintgenislaval.fr et de suivre la procédure en ligne. Des bulletins d'inscription papier seront également mis à disposition en mairie à partir du mois de juillet 2025. Pour toutes questions, vous pouvez envoyer un mail à gv.saintgenis@gmail.com !

NUMÉROS UTILES

L'Escalé Pierrette Morel
48/50 place des Barolles
04 78 56 74 80
accueil@escalépm.com

Police municipale
36 rue Pierre Fourel
04 26 22 15 51

Médiathèque B612
49 avenue Clemenceau
Mardi 15h30-18h30
Mercredi 10h-18h30
Vendredi 10h-12h
& 15h30-18h30
Samedi 10h-17h
04 78 86 82 30

Café 1000 vies
24 avenue Maréchal Foch
Mardi, jeudi et samedi :
14h-19h
Mercredi : 10h-19h
Vendredi : 14h-21h30
06 95 73 13 46

Les résidences autonomies
Les Oliviers
13 rue Professeur Dufourt
04 72 39 93 51
Le Colombier
22 rue Marc Riboud
04 78 56 10 85

Théâtre La Mouche
8 rue des Écoles
Du mardi au vendredi :
14h-17h
Sur place les mercredis
et vendredis : 14h-19h
(hors vacances scolaires)
04 78 86 82 28
www.la-mouche.fr

Club de l'Amitié
Maison des Champs,
130 avenue Clemenceau
Permanences :
Lundi et vendredi : 14h-17h
04 78 56 14 59
st.genis.laval@club-amitie.net

Mixcube
69 rue des Collonges
04 37 20 11 34



CCAS

106 avenue Clemenceau

Mme Pauline Edon

coordinatrice.seniors@saintgenislaval.fr

04 78 86 82 43