

Programme d'animations JUILLET AOUT 2025 pour tous les retraité-es d'Echirolles



Inscription obligatoire, car le service animation est susceptible d'annuler des activités selon les conditions météo (ex : canicule, intempéries ...).

Vous pouvez venir vous rafraîchir dans la salle climatisée de la RAMT (04 76 09 79 45) ou de l'EHPAD Champ-Fleuri (04 38 49 91 10) en avertissant ses structures de votre venue pour des raisons d'organisation et d'accueil. Vous avez également la possibilité de bénéficier d'un espace rafraîchi à l'hôtel de ville durant les heures d'ouverture au public.

Dans le cadre du **Plan d'Alerte et d'Urgence (PAU)** mis en place par le **CCAS**, un recensement est en cours auprès des **personnes âgées et des personnes en situation de handicap**. L'inscription volontaire à ce registre permet d'être contacté en cas de déclenchement du plan par la Préfecture de l'Isère, notamment lors d'épisodes de fortes chaleurs. Nous devons pouvoir vous joindre facilement, ou contacter les personnes que vous aurez désignées. N'hésitez pas à vous rapprocher du CCAS (04-76-20-99-00) pour vous inscrire ou pour signaler toute personne vulnérable.

Cap sur les Parcs:

8 au 11 juillet au parc Géo Charles / 15 au 18 juillet au parc Maurice Thorez / 22 au 25 juillet au parc de la Frange Verte

Jours	Propositions d'animations	Lieux et Rendez-vous
Mardi 01	9 h 30 à 10 h 30 : Gym d'entretien douce (groupe 2 ; 6 ème séance /6)	Espace Melville
	15 h : Film « Retour chez ma mère »	RAMT Restaurant
Mercredi 02	De 10 h 45 à 11 h 45 : Gym sur chaise	RAMT Salon RDC
	<i>Journée « Paella » à la commanderie pour les adhérent-es du club. 28€</i>	<i>Club Marie Curie</i>
	15 h : Fête autour d'un goûter avec les enfants d'EVADE Jean Moulin. Départ depuis la RAMT à 14 h 40. Chaque retraité-e apporte une boisson.	EVADE Jean Moulin
Jeudi 03	15 h à 16 h : Venez donner vos souhaits d'animations à Elisabeth	RAMT Restaurant
Vendredi 04	14 h 15 : Remuez votre corps	Espace Melville
	16 h : Fête de l'été	Parvis MJC Desnos
Lundi 07	9 h : Balade au parc Frange verte. Rendez-vous aux tennis du parc.	Halle du Vieux Village
	14 h : <i>Tournois de jeux pour les adhérent-es du club</i>	<i>Club Marie Curie</i>
Mardi 08	9 h : Balade au parc Géo Charles	Musée Géo Charles
	15 h : Karaoké	RAMT Restaurant
Mercredi 09	De 10 h 45 à 11 h 45 : Gym sur chaise	RAMT Salon RDC
	16 h : Cap sur un Parc/Destination été. Village des jeux	Espace Jeunes Pablo Picasso
Jeudi 10	9 h : Balade au parc Maurice Thorez. Essayons le parcours de santé.	RAMT Accueil
	15 h : Échangeons et amusons-nous sur le thème de l'hydratation et des périodes de canicule, tout en dégustant une glace à l'eau.	RAMT Restaurant
Mardi 15	15 h : Remue méninges	RAMT Restaurant
Jeudi 17	15 h : Atelier Mandalas. Merci de venir avec vos crayons et ou feutres	RAMT Restaurant
Lundi 21	9 h : Balade au parc Frange verte. Rendez-vous aux tennis du parc.	Halle du Vieux Village
	15 h : Chantons avec l'orgue de Barbarie	RAMT Restaurant
Mardi 22	15 h : Partageons une glace à l'eau	RAMT Restaurant

Jours	Propositions d'animations	Lieux et Rendez-vous
Mercredi 23	9 h : Balade au parc Géo Charles	Musée Géo Charles
	16 h : Cap sur un Parc.Village des jeux	Halle du Vieux Village
Jeudi 24	9 h : Balade au parc Maurice Thorez. Essayons le parcours de santé.	RAMT Accueil
du 28/07 au 14/08	Service Animations du Pôle de Gériatrie fermé	
Lundi 28	15 h : Atelier Mandalas. Merci de venir avec vos crayons et ou feutres	RAMT Restaurant
	Julie, esthéticienne ne vient pas faire des soins	RAMT
Vendredi 01 août	<i>Le club Marie Curie sera fermé du 1 au 15 août. Réouverture le lundi 18 août</i>	<i>Club Marie Curie</i>
	15 h : Atelier Mandalas. Merci de venir avec vos crayons et ou feutres	RAMT Restaurant
Du 4 au 22 août	Fermeture estivale des MDH	
Vendredi 08	15 h : Partageons une glace à l'eau	RAMT Restaurant
Lundi 18	9 h : Balade au parc Frange verte. Rendez-vous aux tennis du parc.	Halle du Vieux Village
	15 h : Chantons avec l'orgue de Barbarie	RAMT Restaurant
Mardi 19	15 h : Film théâtre « Tu m'as sauvé la vie »	RAMT Restaurant
Mercredi 20	9 h : Balade au parc Géo Charles	Musée Géo Charles
	15 h : Remue méninges	RAMT Restaurant
Jeudi 21	9 h : Balade au parc Maurice Thorez. Essayons le parcours de santé.	RAMT Accueil
	15 h : Quizz musical	RAMT Restaurant
Lundi 25	9 h : Balade au parc Frange verte. Rendez-vous aux tennis du parc.	Halle du Vieux Village
	Julie, esthéticienne propose des soins l'après-midi sur rendez vous auprès du service animations des retraité-es. Réservé aux résident-es.	RAMT
Mardi 26	Départ 15 h de la RAMT : Prenons une glace au Palladio selon la météo	Palladio
Mercredi 27	9 h : Balade au parc Géo Charles	Musée Géo Charles
Jeudi 28	9 h : Balade au parc Maurice Thorez. Essayons le parcours de santé.	RAMT Accueil

Adresses sur Echirolles : RAMT : Résidence Autonomie Maurice Thorez 2 allée du Rhin EVADE Jean Moulin : 12 allée du Rhin Halle du Vieux Village : place Baille Barelle Espace Melville : 1 rue Jean Renoir Musée Géo Charles : 1 rue Géo Charles Palladio : place des 5 fontaines Espace jeunes Pablo Picasso : 2 A rue Pablo Picasso MJC Desnos : 2 bis rue de Normandie	Club de retraité-es Marie Curie (tél : 06 83 88 70 89) : Antenne Commanderie : place Eugène Thénard Antenne Villeneuve : 2 rue d'Auvergne Inscription : 4 jours ouvrés avant l'activité auprès du service Annulation : 2 jours avant auprès du service afin de permettant l'inscription des personnes en liste d'attente.
--	---

Pour accéder aux programmes des MDH site de la ville:

<https://www.echirolles.fr/vie-quotidienne/maisons-des-habitant-es/documents-et-programmes-des-maisons-des-habitant-es>.

Des activités sont aussi proposées par l'Association des Habitant-es de la Luire ahluire@gmail.com président M.Dupond
(Tél : 04 76 13 02 44)