

Pour les
60 ans
et +

Animations

DU TERRITOIRE ARLYSÈRE





Séance ouverte à tout public

Inscription obligatoire à la mairie d'Ugine ☎ 04 79 37 33 00

THÉ CINÉ

DE LA COMÉDIE FRANÇAISE

Durée : 1h12 - Comédie de Martin Darondeau et Bertrand Usclat

JEUDI 17 SEPTEMBRE

🕒 14h30 - Cinéma Chantecler - UGINE

Dans 3 heures, Nina dévoile sa première mise en scène à la Comédie-Française. Mais dans l'agitation des dernières répétitions, rien ne se passe comme prévu : retards, coups de stress, problèmes techniques et problèmes d'égo secouent la troupe. Pourtant, Nina n'a pas d'autre choix que d'aller jusqu'au bout car s'il y a bien une règle d'or à la Comédie-Française, c'est qu'on n'annule pas. Commence alors une course contre la montre pour sauver la représentation.

● Tarif réduit : 5€ pour les 60 ans et +



Inscription obligatoire ☎ 04 79 10 44 81 + Règlement sur place, pas de CB

THÉ THÉÂTRE

LE CŒUR DU SON

Durée : 40min - Performance sonore et danse - Cie Intensités

VENREDI 25 SEPTEMBRE

🕒 15h - Salle polyvalente - VENTHON

Le TOUM-TA pulse. Il est le flux qui irrigue la vie, le son du franchissement originel, celui du sang propulsé par le cœur dans les artères.

Maguelone Vidal, compositrice associée au Dôme Théâtre, et le chorégraphe Fabrice Ramalingom en font une expérience immersive, où la frontière entre la musique et le corps se dissout. Les battements deviennent polyphonies, les fréquences s'entrelacent dans une intimité sonore, organique. Les corps en présence des spectateur-rices et performeur-euses se laissent traverser par la même énergie vitale et leurs rythmes se synchronisent dans un même flux.

Le Cœur du son est une invitation à l'écoute collective.

● Tarif réduit : 10€ pour les 60 ans et + (au lieu de 13€)



GRATUIT



ATELIERS YOGA SUR CHAISE

Animés par Yvette DELAGE, professeur de Yoga (Fédération Française de Hatha-Yoga)

Le yoga sur chaise permet d'apprendre à se détendre, à respirer, à gérer ses émotions et à affiner le sensoriel.

C'est apprendre à mieux se connaître et à mieux s'ouvrir à la vie.

Venez découvrir cette pratique par différents exercices : alignement du corps, respirations, étirements, action sur la concentration, sollicitation sur le plan articulaire, musculaire et sur les organes.

- Tenue souple à prévoir.
- Places limitées.
- Participation recommandée à toutes les séances.



Salle polyvalente
440 Rue du chef-lieu
MONTAILLEUR

Les mardis ⌚ de 15h à 16h30

- 8, 15, 22 et 29 septembre
- 13, 20 et 27 octobre
- 3, 10 et 17 novembre

Inscription obligatoire
à la mairie

☎ 04 79 31 44 56

ou par mail à

mairie@montaille.fr



Salle des fêtes
123 Route des Hameaux
MARTHOD

Les jeudis ⌚ de 9h30 à 11h

- 10, 17 et 24 septembre
- 1^{er}, 15, 22 et 29 octobre
- 5, 12 et 19 novembre

Inscription obligatoire
à la mairie

☎ 04 79 37 62 07

ou par mail à

accueil@marthod.fr

GRATUIT

NUTRITION - CONFÉRENCES

Avec Christine STIEVENARD-GINGER, Éducatrice de santé Nutrithérapeute



Le sucre, ennemi santé n°1

LUNDI 14 SEPTEMBRE ⌚ 14h

AAB - BEAUFORT

Apprenons ensemble lors de cette conférence à y voir plus clair et à dénicher le sucre dans les listes d'ingrédients.

Les pathologies du métabolisme

LUNDI 5 OCTOBRE ⌚ 14h - Centre Socioculturel Éclat de Vie - UGINE

L'impact de l'alimentation sur les pathologies de civilisation (cholestérol, diabète, NASH ...) et les conseils nutritionnels pour limiter leurs venues.

Pour toutes les séances, inscription obligatoire au ☎ 06 83 19 79 31
ou à christine.ginger@free.fr

GRATUIT



LES NOUVEAUTÉS DU CODE DE LA ROUTE

Stage de remise à niveau "Seniors - Restez mobile"

Avec Solange MILLION-ROUSSEAU de l'association Prévention Routière

MARDI 15 SEPTEMBRE ⌚ de 14h à 17h

Salle du conseil municipal - TOURS EN SAVOIE



40 ans de conduite, quelles sont les nouveautés ?

Venez vous informer et actualiser vos connaissances :

- Bilan insécurité routière
- Vitesse et conduite
- Rond-point, l'insertion sur autoroute ou voie rapide
- Réglementation
- Alcool et médicaments
- Test code de la route
- Facteurs d'accidents
- Nouveaux panneaux

Inscription obligatoire à la mairie de Tours en Savoie ☎ 04 79 31 00 73

GRATUIT



- Prévoir un tapis
- Participation recommandée à toutes les séances

ACTIVITÉS PHYSIQUES, ATELIERS ÉQUILIBRE PRÉVENTION DES CHUTES

Animées par Marie BENTZ

Sport Santé Dynamique Mercury Verrens (EPGV)



Ces ateliers permettent de diminuer le risque et la fréquence des chutes par l'entretien et la stimulation des fonctions d'équilibration.

Contenu des séances :

- L'équilibre et le déséquilibre
- La souplesse des articulations
- L'approche et le relevé du sol
- Les étirements
- Le renforcement musculaire
- La proprioception

Salle des fêtes
75 Chemin du Cap d'Arly
CÉSARCHES

Les mercredis ⌚ de 9h30 à 10h30

- 16, 23 et 30 septembre
- 14 octobre
- 4, 18 et 25 novembre
- 2, 9 et 16 décembre

Inscription obligatoire
à la mairie

☎ 04 79 32 10 97

GRATUIT



- Places limitées
- Participation recommandée à toutes les séances

ATELIERS MÉMOIRE

Animés par Élisabeth GALLICE de La Fabrique à Neurones



Les ateliers mémoire sont des moments ludiques, conviviaux où toutes les fonctions cognitives sont stimulées (mémoire, concentration, raisonnement, représentations spatiales, flexibilité, rapidité) en s'amusant ensemble et en partageant nos propres stratégies.

La méthode bienveillante et collective permet à la fois de passer un bon moment et de garder son intellect en bonne santé.

Salle des Grangettes
148 Rue des Écoles
GILLY-SUR-ISÈRE

Les mercredis  de 14h30 à 15h30

- 16, 23 et 30 septembre
- 14 octobre
- 4, 18 et 25 novembre
- 2, 9 et 16 décembre

Inscription obligatoire
à la mairie
 04 79 32 04 07

GRATUIT



ATELIERS DE SOPHROLOGIE

Animés par Christine CORNU, sophrologue diplômée

Cette pratique douce et accessible à tous associe la respiration, des mouvements doux, de la relaxation et de la visualisation.

Ce temps calme, de retour à soi, favorise le bien-être mental, physique et stimule votre énergie positive.

Venez découvrir des outils simples et concrets que vous pourrez mettre en pratique chez vous, pour mieux vivre chaque jour.

Ces ateliers sont l'occasion de partager des moments conviviaux avec d'autres participants dans une ambiance bienveillante.

Ensemble, cultivons le mieux-être et l'harmonie.

- Prévoir un petit coussin et un plaid pour plus de confort.
- Places limitées.
- Participation recommandée à toutes les séances.

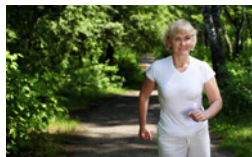
Salle Belle Étoile
EHPAD FLORÉAL
9 Rue du chemin vieux
FRONTENEX

Les jeudis  de 14h30 à 15h45

- 17 et 24 septembre
- 1^{er} et 15 octobre
- 5, 12, 19 et 26 novembre
- 3 et 10 décembre

Inscription obligatoire
 04 82 86 71 70

GRATUIT



- Limité à 10-15 personnes
- Participation recommandée à toutes les séances

ATELIERS DMARCHE

Proposés par l'association ADAL (À la Découverte de l'Âge Libre) et CARSAT animés par Marie-Claire MEREL, formatrice ADAL

Espace Administratif et Social - 7 rue Pasteur - ALBERTVILLE

Conférence et échange sur les bienfaits de la marche

VENDREDI 16 OCTOBRE ⌚ 14h à 17h

Remise du kit D-marche avec un podomètre offert.

Marche et qualité du pas

VEN. 13 NOVEMBRE ⌚ 14h à 16h

Échanges sur l'utilisation du podomètre et du site internet D-marche et CARSAT.

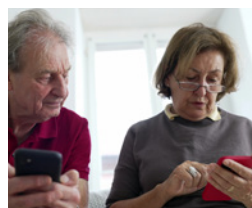
Marche, bilan et perspectives

VEN. 11 DÉCEMBRE ⌚ 14h à 16h

Bilan et perspectives.

Inscription obligatoire au ☎ 04 82 86 71 70

GRATUIT



DÉCOUVERTE DE L'APPLICATION ICOPE



Repérage des fragilités

Animée par les agents du service Centre Ressources Territorial (CRT) du CIAS Arlysère

JEUDI 22 OCTOBRE

⌚ 14h30 à 16h30 - EHPAD Floréal - FRONTENEX

Nous vous invitons à découvrir l'application ICOPE et effectuer votre premier dépistage de prévention basé sur la surveillance et le suivi de six fonctions essentielles au maintien de l'autonomie : vue, audition, mémoire, mobilité, état psychologique, nutrition.

Inscription obligatoire auprès du Centre Ressources Territorial au ☎ 04 79 38 53 90

RDV individuel, de 20 à 45 min selon vos besoins

GRATUIT



BIEN VIEILLIR À DOMICILE

Animé par Sarah VIGLINO, ergothérapeute DE

Venez découvrir les adaptations les plus courantes et les aides existantes pour sécuriser votre domicile.

JEUDI 29 OCTOBRE

⌚ 14h30 à 15h30 - Espace Administratif et Social - ALBERTVILLE

Inscription obligatoire au ☎ 04 82 86 71 70

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

Du 5 au 9 octobre 2026

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

Relions tous les âges dans des territoires engagés !



**RETROUVEZ TOUTES LES ANIMATIONS DANS LE PROGRAMME
LA SEMAINE BLEUE, DISPONIBLE DANS LES LIEUX CULTURELS DU
TERRITOIRE ET SUR NOTRE SITE WWW.ARLYSERE.FR**

Organisées par le CIAS Arlysère en partenariat avec les acteurs locaux.

Les Ateliers sont financés par la Commission des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA)



www.semaine-bleue.org

Sous le haut parrainage du ministère de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes handicapées

La Semaine Bleue est coordonnée par l'Uniopss depuis 1951



RÉSIDENCE AUTONOMIE LES 4 VALLÉES - ALBERTVILLE

5€ PAR SÉANCE



YOGA SUR CHAISE

Avec Yvette DELAGE

Du bien-être à la portée de tous, quel que soit l'âge ou la mobilité.

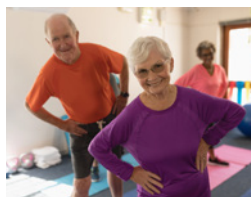
| MER. 2, 9, 16, 23 ET 30 SEPTEMBRE

| MER. 7, 14 ET 28 OCTOBRE

| VEN. 23 OCTOBRE

🕒 15h

5€ PAR SÉANCE



GYM DOUCE

Avec Aurore ROSSO

Maintenir l'autonomie et la santé globale par une activité douce, régulière et adaptée au rythme des participants.

| JEUDI 3, 10, 17 ET 24 SEPTEMBRE

| JEUDI 1^{ER}, 8 ET 15 OCTOBRE

🕒 9h30

Tarif : 5€



MÉDIATION ANIMALE

Avec Véronique DEVILLAZ "Santé Fée Line"

Un moment de tendresse et de connexion avec nos compagnons à quatre pattes.

| MERCREDI 21 OCTOBRE

🕒 14h30

Inscription obligatoire pour tous les ateliers
 au ☎ 04 79 32 23 69 ou à coralie.dalcol@arlyserre.fr



RÉSIDENCE AUTONOMIE LES GENTIANES - UGINE

40€ forfait 2 mois



GYM DOUCE ASSISE

Avec un éducateur sportif de l'association Siel Bleu

I LUNDI 7, 14, 21 ET 28 SEPTEMBRE

I LUNDI 5, 12, 19 ET 26 OCTOBRE

🕒 9h15

📍 Bâtiment 1 - 3 places

🕒 14h30

📍 Bâtiment 2 - 1 place

15€ forfait 2 mois



YOGA

Avec Sylvie TANGUY

I VENDREDI 18 SEPTEMBRE

I VENDREDI 2 ET 16 OCTOBRE

🕒 10h

📍 Bâtiment 1 - 3 places

20€ forfait 2 mois



MÉMOIRE

Avec Élisabeth GALLICE

I MARDI 15 ET 29 SEPTEMBRE

I MARDI 13 ET 27 OCTOBRE

🕒 14h30

📍 Bâtiment 2 - 4 places

AUTRES ACTIVITÉS | Adhésion à l'association requise

ATELIERS DU 3^{ÈME} ÂGE

I LES MARDIS

🕒 14h30

📍 Bâtiment 1

JEUX AVEC L'ÂGE D'OR

I LES MERCREDIS

🕒 14h30

📍 Bâtiment 2

CHORALE LA RITOURNELLE

I LES VENDREDIS

🕒 14h30

📍 Bâtiment 2

Inscription obligatoire pour tous les ateliers
auprès du service animation au ☎ 04 79 89 00 97

EHPAD LA BAILLY - LA BATHIE

5€ PAR SÉANCE



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)

Avec Acti'Forme

Nombre de participants maximum : 2

I MARDI 1^{ER}, 15, 22 ET 29 SEPTEMBRE

I MARDI 13, 20 ET 27 OCTOBRE

🕒 14h30

5€ PAR SÉANCE



VOYAGES VIRTUELS AVEC LE CASQUE V/R

Avec Jennifer l'animatrice

Séance d'environ 15 minutes pour deux voyages virtuelles.

Nombre de participants maximum : 2

I MARDI 1^{ER}, 15 ET 29 SEPTEMBRE

I MARDI 13 ET 27 OCTOBRE

🕒 10h30

5€ PAR SÉANCE



ATELIER MÉMOIRE

Les mots en lumière, avec Marie GOMES

Nombre de participants maximum : 4

I JEUDI 10 ET 24 SEPTEMBRE

I JEUDI 22 OCTOBRE

🕒 14h30

Inscription obligatoire pour tous les ateliers
auprès du service animation ☎ 04 79 31 08 08

CSC ALBERTVILLE

ATELIERS COUTURE

LES LUNDIS ⌚ 13h45 à 16h15

Confection de vêtements et accessoires à l'aide de patrons pour des couturières et couturiers expérimenté(e)s.

ET MARDIS ⌚ 8h45 à 11h15

Initiation, découverte et petites confections.

📍 **Maison de quartier du Champ de Mars**

Tarifs en fonction du Q.F | Inscription au trimestre | Adhésion annuelle



GRATUIT

APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

Un moment convivial pour découvrir, redécouvrir et partager le plaisir de jouer ensemble, autour de jeux adaptés à tous les âges et toutes les envies !

LES LUNDIS ⌚ 14h à 16h

• 7 ET 21 SEPTEMBRE

• 5 OCTOBRE

📍 **RDV au Centre Socioculturel**

Sans inscription



ATELIERS BRICO/DÉCO

Confectionnez des objets de déco, venez tester vos talents, découvrez ou partagez des astuces de grand-mère (lessive, cosmétiques, petites décorations...).

LES MARDIS ⌚ 14h à 16h30

• 15 SEPTEMBRE :

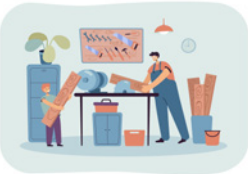
Suspension attrape soleil

• 13 OCTOBRE :

Boîte à bijoux en mosaïques

📍 **Maison de quartier du Champ de Mars**

Sur inscription | Tarifs en fonction du QF | Adhésion annuelle



ATELIERS PILATES

Initiez-vous au Pilates : une pratique douce et accessible pour renforcer l'ensemble du corps, améliorer la mobilité et terminer la séance par des étirements relaxants. Tenue confortable, une bouteille d'eau et un tapis.

LES MERCREDIS ⌚ 10h30 à 11h30

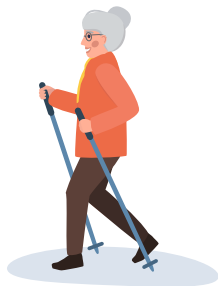
• 16 ET 30 SEPTEMBRE

• 14 OCTOBRE

📍 **Salle Delphine Minoui - 15, Avenue Sainte Thérèse - ALBERTVILLE**

Sur inscription | Tarifs en fonction du QF | Adhésion annuelle





BALADES DU JEUDI

Découvrez Albertville et ses environs, au rythme de chacun.

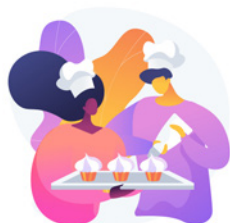
LES JEUDIS 🕒 8h45 à 11h45

• 17 SEPTEMBRE • 1^{ER} OCTOBRE

• 8 OCTOBRE (8h30 à 16h) : Sortie Safran - Tarif spécifique

📍 RDV au Centre Socioculturel

Sur inscription | Tarifs en fonction du QF (sauf tarif spécifique) | Adhésion annuelle



ATELIERS CUISINE

Rencontre et échanges autour de la cuisine. Venez partager des recettes sucrées, salées et confectionnez des plats à plusieurs mains. Repas sur place possible.

LES VENDREDIS 🕒 9h à 11h30

• 18 SEPTEMBRE : Crumble salé/sucré

• 16 OCTOBRE : Samoussas salés/sucrés

📍 Maison de quartier du Champ de Mars

Sur inscription | Tarifs en fonction du QF | Adhésion annuelle



ATELIER DESSIN

Venez réveiller l'artiste qui sommeille en vous en venant dessiner et découvrir des techniques de dessin.

VENDREDI 2 OCTOBRE 🕒 9h30 à 11h30

📍 Maison de quartier du Champ de Mars

Sur inscription | Tarifs en fonction du QF | Adhésion annuelle

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Centre socioculturel d'Albertville | 2 Rue Armand Aubry | ALBERTVILLE

☎ 04 79 89 26 30 | accueil.csc@albertville.fr

L'ÉCLAT DE VIE UGINE

GRATUIT



LE MARDI DU JARDIN Conférence et questions/réponses

Soirées animées par Baptiste LANGLE, Permaculture. Se retrouver autour d'un verre entre jardiniers et échanger ses expériences.

LES MARDIS 🕒 20h à 22h

- 22 SEPTEMBRE : Perm'Apéro
- 13 OCTOBRE : Conférence "Thème en attente"
- 27 OCTOBRE : Perm'Apéro

📍 Espace d'activités du Centre Socioculturel Éclat de vie
12 Allée André Cerbonney - UGINE

GRATUIT



GRAINOTHÈQUE Échangeons nos graines à l'Éclat de Vie

Mise à la disposition de tous les jardiniers amateurs, aux heures d'ouverture.

Sur rendez-vous

GRATUIT



LES BALADES DU COIN

Balade conviviale, pour discuter, se rencontrer et prendre l'air. Chacun à son rythme.

LES MARDIS 🕒 à partir de 8h45 - durée 1h

- 15 ET 29 SEPTEMBRE
- 13 ET 27 OCTOBRE

📍 RDV au Centre Socioculturel

Sans inscription

GRATUIT



LE MERCREDI DE LA PHOTO

Parce que vous êtes des passionnés de photo ou aimeriez découvrir cet univers, venez intégrer le groupe des Reporters, pour partager et apprendre ensemble.

LES MERCREDIS 🕒 14h à 16h ou 16h à 18h (selon salle disponible)

📍 Pôle administratif du Centre socioculturel

Accès libre

GRATUIT



Accès libre

LE VENDREDI DU BRICOLAGE Réparons ensemble

Avec les Bricol'heureux de l'Éclat de Vie

Pour bricoleur confirmé, couturier amateur ou simplement curieux d'apprendre. Pour partager son savoir-faire, échanger des astuces. Amener vos objets et votre bonne humeur.

DERNIER VENDREDI DE CHAQUE MOIS ⌚ 16h30 à 19h

• PERMANENCE LE 25 SEPTEMBRE

• PERMANENCE LE 23 OCTOBRE

📍 Espace d'activités Éclat de vie

GRATUIT



Accès libre

LE RENDEZ-VOUS DÉCLIC

Numérique, démarches administratives et accès aux droits :

Venez poser vos questions librement autour d'un café /thé avec la conseillère numérique Arlysère et France Services.

1^{ER} JEUDI DU MOIS ⌚ 9h à 11h

📍 Centre Socioculturel Éclat de vie

GRATUIT



Sur inscription

ATELIERS NUMÉRIQUES

L'intelligence artificielle au quotidien

JEUDI 10 SEPTEMBRE ⌚ 9h à 11h : Découverte des usages concrets de l'IA dans la vie de tous les jours.

Zoom sur les organismes : Impôts

MERCREDI 23 SEPTEMBRE ⌚ 14h à 15h30 : Savoir utiliser son compte et les nouveaux services.

Stimuler sa mémoire et son cerveau grâce au numérique

JEUDI 8 OCTOBRE ⌚ 9h à 11h : Jeux de mémoire, de logique et concentration, découverte d'applications ludiques et cognitives.

Zoom sur les organismes : Mes droits sociaux.gouv.fr

MERCREDI 21 OCTOBRE ⌚ 14h à 15h30 : Découverte du portail des droits sociaux

📍 Centre Socioculturel Éclat de Vie

GRATUIT



JOURNÉES PORTES OUVERTES FRANCE SERVICES

LUNDI 5 OCTOBRE

• La retraite : un nouveau rythme de vie 🕒 14h à 16h

Anticiper son temps libre, ses envies et son équilibre au quotidien.

Animé par France Services.

• Préparer son départ à la retraite 🕒 à 17h

Comprendre les différents dispositifs de départ et les démarches administratives.

Animé par France Services.

MARDI 6 OCTOBRE

• Réunion d'information sur la retraite 🕒 à 10h

Les différents régimes et types de retraite, mode de calcul, la retraite progressive, la réversion et Ircantec.

Animé par AGIRC-ARRCO.

• RDV individuels (questions carrière ou estimation retraite) 🕒 de 11h30 à 16h30

Animé par AGIRC-ARRCO.

📍 L'Annexe du Centre Socioculturel Éclat de Vie

Animations et RDV des journées portes ouvertes France Services sur inscription

LA SÉCURITÉ AU QUOTIDIEN : Intervention de la Gendarmerie

Annaques, démarches, vols et cambriolages : comment s'en protéger et comment réagir après ?

📍 L'Annexe du Centre Socioculturel Éclat de Vie

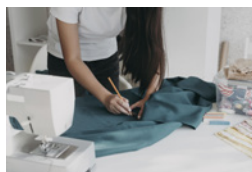
Sur inscription (la date en septembre ou octobre vous sera communiquée ultérieurement)

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Centre socioculturel Éclat de Vie | 60 Place du Monument aux Morts | UGINE

☎ 04 79 89 70 29 | centre-socioculturel@ugine.com

GRATUIT



ATELIERS COUTURE ET TRICOT

LES MARDIS ⌚ à partir de 14h

Pour apprendre, se perfectionner ou partager vos savoir-faire dans la convivialité.

📍 À l'AAB - BEAUFORT

Adhésion AAB obligatoire

GRATUIT



PERMANENCES NUMÉRIQUES

LES MARDIS ET MERCREDIS ⌚ 9h à 12h et 13h30 à 16h30

Avec Damien, conseiller numérique Arlysère, pour vous accompagner dans l'utilisation de vos outils numériques.

📍 À l'AAB - BEAUFORT

Sur inscription



GYM DOUCE & STRETCHING

LES MARDIS ⌚ 9h30 à 10h30

LES JEUDIS ⌚ 9h30 à 10h30 et 10h30 à 11h30

Pour bouger en douceur et entretenir votre mobilité.

📍 Salle des fêtes - BEAUFORT

Sur inscription (65 € l'année et adhésion AAB obligatoire)

GRATUIT



APRÈS-MIDI JEUX

LES JEUDIS ⌚ 14h à 17h

Retrouvons-nous pour partager un moment convivial autour de jeux et d'un goûter.

📍 À l'AAB - BEAUFORT

Adhésion AAB obligatoire



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

LES VENDREDIS ⌚ 9h30 à 10h30 et 10h30 à 11h30

Séances dynamiques adaptées à vos besoins.

📍 À l'AAB - BEAUFORT

Sur inscription (30 € l'année et adhésion AAB obligatoire)

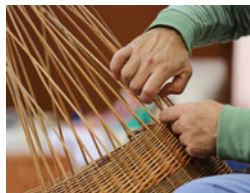
GRATUIT



DISCUSSION EN PATOIS

MERCREDI 2 SEPTEMBRE**MERCREDI 7 OCTOBRE** **15h***Venez converser en Patois le temps d'un après-midi.* **EHPAD de BEAUFORT***Sur inscription*

15€ par objet



ATELIER VANNERIE

MERCREDI 23 SEPTEMBRE  **13h30** : Farandole de poisson**MERCREDI 14 OCTOBRE**  **13h30** : Corbeille Kayak*Initiez-vous à l'art de la vannerie et repartez avec votre propre création en osier.* **À l'AAB - BEAUFORT***Sur inscription | Adhésion AAB obligatoire*

6€ l'atelier



ATELIER CUISINE

MERCREDI 14 OCTOBRE  **9h30***Venez découvrir de nouvelles recettes et partager un moment gourmand ensemble.* **Salle des fêtes - QUEIGE***Sur inscription avant le lundi 12/10 avant 12h | Adhésion AAB obligatoire*

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

Association d'Animation du Beaufortain (AAB)

 04 79 38 33 90 | contact@aabbeaufortain.org



DÉCOUVREZ ARLYSÈRE AUTREMENT,

SUIVEZ-NOUS SUR INSTAGRAM ET FACEBOOK !

Restez connecté à l'actualité de votre territoire :

- Les différentes compétences de l'agglomération
- Les événements culturels, sportifs...
- La vie intercommunale

REJOIGNEZ-NOUS SUR :



AGGLOARLYSÈRE



**COMMUNAUTÉ
AGGLOMÉRATION ARLYSÈRE**



Tous les moments clés de votre agglo en un seul clic !

TRANS SERVICE ASSOCIATION



120 Chemin de l'Olivet - ALBERTVILLE ☎ 06 86 60 11 88

Lieux d'intervention : territoire d'Albertville, Basse Tarentaise, Ugine (18 communes)

Tarif : 8€ aller-retour | Pour les personnes en situation de handicap relevant de la MDPH (Maison Départementale des personnes Handicapées) : 1.40 € aller ou 2,80 € aller/retour, mais uniquement d'arrêt de bus à arrêt de bus existant.

COVOITURAGE ASSOCIATIF DU CANTON DE GRÉSY-SUR-ISÈRE



8 Rue du bois de l'Île - FRONTENEX ☎ 06 16 05 23 34

Lieu d'intervention : Communes de la H^{te}-Combe de Savoie et Albertville

■ Participation forfaitaire suivant le trajet avec reçu justificatif comptable.

ASSOCIATION TRANS'BEAUFORTAIN



Bâtiment Le Confluent, rue du Confluent - BEAUFORT ☎ 06 80 52 41 92

Lieu d'intervention : le Beaufortain + Agglomération d'Albertville

Des difficultés pour venir à l'AAB ? Votre trajet pour 1€ ! Réservation obligatoire auprès de Trans'Beaufortain, 6 jours avant. Modalités renseignements auprès de l'AAB au 04 79 38 33 90.

CH' ARLY BUS - VIVRE EN VAL D'ARLY (VVA)



354 Av. du Lac - FLUMET ☎ 04 79 31 80 04

Lieu d'intervention : le Val d'Arly + Agglomération d'Albertville

■ Tarif solidaire : coût du trajet : 5€.

Pour les transports urbains, des tarifications "Éco" et "Solidaire" sont proposées (sous conditions).

Plus d'infos sur www.TRA-mobilite.com à la rubrique tarifs-titres.



Photo de couverture : Semaine Bleue 2025 ©Arlysière

ADRESSES UTILES

Résidence Autonomie «Les Gentianes»

111 Avenue du Dr. Chavent
73400 Ugine | **04 79 37 34 44**

Résidence Autonomie «Les 4 Vallées»

221 Chemin des 3 Poiriers
73200 Albertville | **04 79 32 23 69**

Association d'Animation du Beaufortain

36 Rue du Confluent
73720 Beaufort-sur-Doron | **04 79 38 33 90**

Vivre en Val d'Arly

354 Avenue du Lac
73590 Flumet | **04 79 31 80 04**

Centre socioculturel d'Albertville

2 Rue Aubry
73200 Albertville | **04 79 89 26 30**

Centre socioculturel d'Ugine

Eclat de vie
60 Place du Monuments aux Morts
73400 Ugine | **04 79 89 70 29**

Pour toute question sur le maintien à domicile, les établissements pour personnes âgées :

Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC)

45 Avenue Jean Jaurès
73200 Albertville | **04 79 89 57 03**
clic-albertville@savoie.fr

CIAS Arlysière - Accueil Pôle Domicile

EAS - 7 Rue Pasteur
73200 Albertville | **04 82 86 71 70**

Conception Arlysière - Juillet 2026

© Depositphotos © Freepik © Arlysière



Suivez l'Agglomération Arlysière sur :



www.arlysiere.fr