

**ACTIONS COLLECTIVES SUR LE TERRITOIRE DU CLIC RIOM LIMAGNE COMBRAILLES**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Chambaran-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	<b>SPORT PLAISIR</b>	Tous les jeudis Reprise à partir du 09/09	Salle du Domaine LA MOUTADE	10h15-11h15	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'activité physique adaptée Participation gratuite Aucune inscription nécessaire
Chambaran-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	<b>MARCHONS DANS NOS CAMPAGNES</b>	Les mardis et vendredis	Parking de la salle du domaine LA MOUTADE	9H30-10H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CROMS Auvergne Participation gratuite Inscription auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Chanat-la-Mouteyre	Riom Limagne et Volcans	<b>SOPHROLOGIE</b>	07/10/2021 14/10/2021 21/10/2021 18/11/2021 25/11/2021 02/12/2021 09/12/2021 16/12/2021	Salle de la Cantine	10h30-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 8 séances de sophrologie Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Chanat-la-Mouteyre	Riom Limagne et Volcans	<b>NATUROPATHIE</b>	Mardi 07/09/21 Mardi 14/09/21	Salle de la Cantine	10h00-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 2 conférences : A la découverte des huiles essentielles. Comment booster son système immunitaire avec des méthodes naturelles ? Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Chappes	Riom Limagne et Volcans	<b>NATUROPATHIE</b>	Lundi 13/09/2021 Lundi 20/09/2021	Espace culturel (derrière la Mairie)	10h30-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 2 conférences : A la découverte des huiles essentielles. Comment booster son système immunitaire avec des méthodes naturelles ? Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Chappes	Riom Limagne et Volcans	<b>AUTOMASSAGE</b>	Mardi 28/09/2021 Mardi 05/10/2021 Mardi 12/10/2021	Espace culturel (derrière la Mairie)	16h00-17h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'automassages Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Chappes	Riom Limagne et Volcans	<b>RELAXATION</b>	Vendredi 22/10/2021 Vendredi 29/10/2021 Vendredi 05/11/2021	Espace culturel (derrière la Mairie)	10h00-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances de relaxation Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Chappes	Riom Limagne et Volcans	SOCIO-ESTHETIQUE	Vendredi 03/12/2021 Vendredi 10/12/2021 Vendredi 17/12/2021	Espace culturel (derrière la Mairie)	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances de soins esthétiques Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Charbonnières-les-Varennnes	Riom Limagne et Volcans	EMAILLAGE SUR LAVE	Mercredi 20/10/2021 Mercredi 03/11/2021 Mercredi 17/11/2021	Salle Marengo, Rue du stade	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'émaillage sur lave Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Charbonnières-les-Varennnes	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE Débutants	09/09/2021 16/09/2021 23/09/2021 30/09/2021 07/10/2021 14/10/2021 21/10/2021 18/11/2021 25/11/2021 02/12/2021 09/12/2021 17/12/2021	Médiathèque	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'initiation à l'informatique débutants Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Charbonnières-les-Varennnes	Riom Limagne et Volcans	SPORT PLAISIR	Tous les mardis Reprise le 07/09/2021	Maison des loisirs à Pagnat	14H00-15H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'activité physique adaptée Participation gratuite Aucune inscription nécessaire
Charbonnières-les-Varennnes	Riom Limagne et Volcans	BALADE-NATURE Le Maar de Beaunit, un volcan caché	Judi 21/10/2021	RV parking du Manoir de Veygoux	14H00-17H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Balades-nature en partenariat avec le REEA Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Charbonnières-les-Varennnes	Riom Limagne et Volcans	CUISINEZ VOS MENINGES AVEC L'ESCAPE GAME	Mardi 5 octobre 2021	Maison des Bonnes Pratiques (ancienne bibliothèque à côté de la mairie)	Enigmes le matin 2 créneaux au choix : 10h00-11h00 11h30-12h30  Atelier culinaire : 14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Résolution d'énigmes pour la reconstitution d'une recette, suivie d'un atelier culinaire. Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	CONFERENCE NATUROPATHIE	06/09/2021	La Mouniaude - salle Cuvelier	14H30-17H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS Conférence "la détox et le drainage pour faire un bon nettoyage en automne" Participation gratuite Inscriptions au CCAS : 04 73 86 17 48
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	LES BOUGIES DE LEONTINE	27/09/2021	Salle du 3ème âge	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS/CLIC Fabrication de bougies artisanales Participation gratuite Inscriptions au CCAS : 04 73 86 17 48
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	PAUSE NATURE	11/10/2021	Salle du 3ème âge	14h30-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS Fabrication de produits ménagers maison Participation gratuite Inscriptions au CCAS : 04 73 86 17 48

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	FABRICATION D'OBJETS EN ORIGAMI	18/10/2021	Salle du 3ème âge	14h30-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS/CLIC Fabrication d'objets en origami <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions au CCAS :</b> <b>04 73 86 17 48</b>
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	MODELAGE DE TERRE	08/11/2021	Salle du 3ème âge	14h30-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS Fabrication de produits ménagers maison <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions au CCAS :</b> <b>04 73 86 17 48</b>
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	YOGA	22/11/2021	Salle de la Vouée DOJO du haut	11h00-12h15	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS Séance de yoga <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions au CCAS :</b> <b>04 73 86 17 48</b>
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	ŒNOLOGIE	29/11/2021	Salle du 3ème âge	14H30-16H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS/CLIC Présentation et dégustation de vins en accord avec des mets <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions au CCAS :</b> <b>04 73 86 17 48</b>
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	SPORT PLAISIR	Tous les mercredis Reprise à partir du 08/09	Gymnase le Patural	10h45-11h45	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'activité physique adaptée <b>Participation gratuite</b> Aucune inscription nécessaire
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	ROULEZ JEUNESSE Initiation au vélo électrique	Lundi 27 septembre 2021	Derrière la Mouniaude	2 créneaux au choix : 9H30-11H30 14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Balade en vélo à assistance électrique <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions auprès du CLIC au</b> <b>04 73 33 17 64</b>
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	CAFE DU BEL AGE	Lundi 14/06/2021 Lundi 21/06/2021 Lundi 28/06/2021	14/06 : la Mouniaude 21/06 : salle du club 28/06 : salle du club	14/06 : 14h30-16h00 21/06 : 14h30-17h00 28/06 : 14h30-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS/CLIC Programme d'activités <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions au CCAS :</b> <b>04 73 86 17 48</b>
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE Débutants	Mardis de septembre à décembre 2021		10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 12 séances d'initiation à l'informatique <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions au CCAS :</b> <b>04 73 86 17 48</b>
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE Perfectionnement	Mardis de septembre à décembre 2021		14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 12 séances informatiques de second niveau (réservées aux participants de la session débutants 2019) <b>Participation gratuite</b> <b>Inscriptions au CCAS :</b> <b>04 73 86 17 48</b>

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Ennezat	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE Débutants	De septembre à décembre 2021	Lycée d'Ennezat	17h00-19h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CIAS Riom Limagne et Volcans 12 séances Participation gratuite Inscriptions auprès du CIAS RLV au 04 73 63 81 34
Ennezat	Riom Limagne et Volcans	ATELIER MÉMOIRE	Tests Moca le mardi 21/09 Mardi 28/09 Mardi 05/10 Mardi 12/10 Mardi 19/10 Mardi 09/11 Mardi 16/11 Mardi 23/11 Mardi 30/11 Mardi 07/12 Mardi 14/12		14H30-16H30			Porteur de l'action : CIAS Riom Limagne et Volcans Exercices pour stimuler la mémoire Participation gratuite Inscriptions auprès du CIAS RLV au 04 73 63 81 34
Enval	Riom Limagne et Volcans	SPORT PLAISIR	Tous les lundis Reprise à partir du 06/09/2021	salle polyvalente	16h45-17h45	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'activité physique adaptée Participation gratuite Aucune inscription nécessaire
Enval	Riom Limagne et Volcans	EMAILLAGE SUR LAVE	Jeudi 18 novembre 2021 Lundi 22 novembre 2021 Jeudi 9 décembre 2021	Espace culturel	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'émaillage sur lave Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Enval	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE Débutants	Mardis 14/09/2021 21/09/2021 28/09/2021 05/10/2021 12/10/2021 19/10/2021 09/11/2021 16/11/2021 23/11/2021 30/11/2021 07/12/2021 14/12/2021	Espace culturel	16h00-18h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances de perfectionnement à l'informatique - niveau 1 Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Enval	Riom Limagne et Volcans	RELAXATION	Mercredi 29/09/2021 Mercredi 06/10/2021 Mercredi 13/10/2021 Mercredi 20/10/2021	Salle Espace Culturel	9H00-11H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances de relaxation Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Enval	Riom Limagne et Volcans	NATUROPATHIE	Mercredi 01/12/2021 08/12/2021	Espace culturel	10h30-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 2 conférences : A la découverte des huiles essentielles. Comment booster son système immunitaire avec des méthodes naturelles ? Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Enval	Riom Limagne et Volcans	MEDIATION ANIMALE	Vendredi 10/09/2021 Vendredi 17/09/2021 Mardi 05/10/2021 Vendredi 22/10/2021 Vendredi 05/11/2021	Espace culturel	2 groupes : 10h00-10h45 ou 11h00-11h45	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Séances de médiation animale Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Le Cheix-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	EMAILLAGE SUR LAVE	Jeudi 14 octobre 2021 Jeudi 28 octobre 2021 Vendredi 5 novembre 2021	Salle des Fêtes	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Séances d'émaillage sur lave Participation gratuite Inscriptions auprès de la Mairie au 04 73 97 20 16
Le Cheix-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	SOPHROLOGIE	Lundi 27/09/2021 Lundi 04/10/2021 Lundi 11/10/2021	Salle des Fêtes	10H00-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Séances de relaxation/sophrologie Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Le Cheix-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	AUTOMASSAGE	Mardi 23/11/2021 Mardi 30/11/2021 Mardi 07/12/2021	Salle des Fêtes	14h00-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Séances d'automassage Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Le Cheix-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	NATUROPATHIE	Lundi 06/12/2021 Lundi 13/12/2021	Salle des Fêtes	10h30-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC 2 conférences : A la découverte des huiles essentielles. Comment booster son système immunitaire avec des méthodes naturelles ? Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Malauzat	Riom Limagne et Volcans	SPORT PLAISIR	Tous les mardis A partir du 07/09/2021	Salle polyvalente Saint-Genès-l'Enfant	14h30-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Séances d'activité physique adaptée Participation gratuite Aucune inscription nécessaire
Malauzat	Riom Limagne et Volcans	ATELIER MÉMOIRE	Tous les mercredis du 08/09/2022 au 31/12/2021	A définir	Matin : à préciser	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : ARSEPT 12 séances de stimulation cognitive avec des exercices simples et ludiques. Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Ménétrol	Riom Limagne et Volcans	BALADE-NATURE La Colline de Mrabel	Mercredi 26/05/2021	RV en face du Parc de Mirabel	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Balades-nature en partenariat avec le REEA Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Ménétrol	Riom Limagne et Volcans	<b>ATELIER INFORMATIQUE Débutants</b>	Mardi 14/09/2021 21/09/2021 28/09/2021 05/10/2021 12/10/2021 19/10/2021 09/11/2021 16/11/2021 23/11/2021 30/11/2021 07/12/2021 14/12/2021	A définir	13h30-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances de perfectionnement à l'informatique - niveau 1 Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Mozac	Riom Limagne et Volcans	<b>SOPHROLOGIE</b>	Les samedis 11/09/2021 25/09/2021 09/10/2021 23/10/2021 06/11/2021 20/11/2021 04/12/2021 18/12/2021	Salle des Associations	9h30-11h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances de relaxation/sophrologie Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Mozac	Riom Limagne et Volcans	<b>ATELIER MÉMOIRE</b>	Vendredis 10/09/2021 17/09/2021 24/09/2021 01/10/2021 08/10/2021 15/10/2021 19/11/2021 26/11/2021 03/12/2021 10/12/2021 17/12/2021	Salle des Associations	Après-midi	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : ARSEPT Exercices ludiques de stimulation cognitive Participation gratuite Inscriptions auprès de la Mairie au 04 73 33 71 71
Mozac	Riom Limagne et Volcans	<b>ATELIER EQUILIBRE</b>	07/01/2022 14/01/2022 21/01/2022 28/01/2022 04/02/2022 11/02/2022 04/03/2022 11/03/2022 18/03/2022 25/03/2022 01/04/2022 08/04/2022	Salle des Associations	Après-midi	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : ARSEPT Activité physique adaptée / prévention des chutes Participation gratuite Inscriptions auprès de la Mairie au 04 73 33 71 71
Mozac	Riom Limagne et Volcans	<b>GENEALOGIE</b>	Mardi 05/10/2021	Salle des Associations	10H20-12H20	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Ateliers de généalogie animés par une Généalogiste Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Mozac	Riom Limagne et Volcans	<b>SPORT PLAISIR</b>	Tous les lundis A partir du 06/09/2021	Maison des Associations	10H30-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'activité physique adaptée Participation gratuite Aucune inscription nécessaire

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	GYMNASTIQUE DOUCE	Tous les lundis <b>Date de reprise à venir</b>	Maison des Associations Salle de l'Ambène	Plusieurs séances au choix : 8h30-9h30 9h30-10h30 10h30-11h30 17h00-18h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE (découverte de l'informatique)	Tous les mardis à partir du 05/09 <b>Date de reprise à venir</b>	Maison des Associations Salle des Charmettes	8H30-10H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE (écrire et communiquer)	Tous les mardis à partir du 05/09 <b>Date de reprise à venir</b>	Maison des Associations Salle des Charmettes	10H30-12H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE (La vie en image)	Tous les mercredis <b>Date de reprise à venir</b>	Maison des Associations Salle des Charmettes	8H45-10H45	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	BIEN-ETRE Qi-Qong, yoga sur chaise, yoga du rire, relaxation	Tous les jeudis <b>Date de reprise à venir</b>	Maison des Associations Salle de l'Ambène	9H00-10H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	BIEN VIVRE DANS SON CORPS	Tous les jeudis <b>Date de reprise à venir</b>	Maison des Associations Salle de l'Ambène	10H30-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	CAFE DES AINES	Tous les mardis <b>Date de reprise à venir</b>	CCAS de Riom Salle du Restaurant	14H30-16H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	TASSE DE NEURONES (Atelier mémoire)	Tous les jeudis <b>Date de reprise à venir</b>	Maison des Associations Salle St-Don	14H30-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<b>Porteur de l'action</b> : CCAS Riom <b>Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00</b> - en fonction du nombre d'inscrits, un 2è atelier pourra être proposé le lundi de 10h à 11h30

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	<b>ATELIER MÉMOIRE (troubles cognitifs débutants)</b>	11/05/2021 18/05/2021 08/06/2021 22/06/2021 29/06/2021 06/07/2021 13/07/2021 20/07/2021 27/07/2021 24/08/2021 31/08/2021 07/09/2021 14/09/2021 05/10/2021 12/10/2021 19/10/2021 02/11/2021 09/11/2021 16/11/2021 23/11/2021	CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM	14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : Plateforme de Répit des Volcans Ateliers de stimulation cognitive pour personnes souffrant de troubles cognitifs débutants. <b>Participation gratuite</b>
Riom	Riom Limagne et Volcans	<b>INITIATION AU GOLF</b>	Jeudi 08/07/2021	Golf de Riom	16H00-18H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Séance d'initiation au golf. <b>Participation gratuite</b> Inscriptions au CLIC : 04 73 33 17 64
Riom	Riom Limagne et Volcans	<b>SOPHROLOGIE</b>	07/09/2021 10H00-11H30 02/11/2021 10H00-11H30 21/09/2021	CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM	07/09/2021 10H00-11H30 02/11/2021 10H00-11H30 21/09/2021	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Séance de sophrologie. <b>Participation gratuite</b> Inscriptions au CLIC : 04 73 33 17 64
Riom	Riom Limagne et Volcans	<b>CAP BIEN-ETRE</b>	Mardi 16/11/2021 23/11/2021 30/11/2021 07/12/2021	CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM	9H30-12H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : Arsept 5 séances : « Emotions, bien-être et santé » « Gestion du stress » « Bien-vivre avec soi » « Bien vivre avec les autres » « Garder le cap » : appel téléphonique <b>Participation gratuite</b> Inscriptions au CLIC : 04 73 33 17 64
Riom	Riom Limagne et Volcans	<b>PARCOURS SANTE DES AIDANTS</b>	Jeudi 07/10/2021 Lundi 08/11/2021	CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM	14h00-17h00	Aidants familiaux	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : MSA 2 séances : « J'ai un proche, quels risques pour ma santé » « Vos besoins et les services existants » <b>Participation gratuite</b> Inscriptions au CLIC : 04 73 33 17 64
Riom	Riom Limagne et Volcans	<b>SPORT PLAISIR</b>	Tous les lundis à partir du 06/09/2021	Salle Mosaïque	14h00-15h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Séances d'activité physique adaptée <b>Participation gratuite</b> Inscriptions au CLIC : 04 73 33 17 64



Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	<b>ROULEZ JEUNESSE</b> Initiation au vélo électrique	Lundi 4 octobre 2021	Salle des fêtes	2 créneaux au choix : 9H30-11H30 14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Balade en vélo à assistance électrique <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	<b>EMAILLAGE SUR LAVE</b>	Mardi 19 octobre 2021 Mardi 26 octobre 2021 Mardi 2 novembre 2021	Salle du Conseil et Mariages	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Ateliers d'émaillage sur lave <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	<b>NATUROPATHIE</b>	Judis 16/09/2021 23/09/2021	Salle du Conseil et des Mariages	10h30-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Deux conférences : A la découverte des huiles essentielles. Comment booster son système immunitaire avec des méthodes naturelles ? <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	<b>AUTOMASSAGE</b>	Mardi 28/09/2021 Mardi 05/10/2021 Mardi 12/10/2021	Salle du Conseil et des Mariages	14h00-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Ateliers d'émaillage sur lave <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	<b>RELAXATION</b>	Jeudi 21/10/2021 Jeudi 28/10/2021 Jeudi 04/11/2021	Salle du Conseil et des Mariages	10H00-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Ateliers d'émaillage sur lave <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	<b>ATELIER SOCIO-ESTHETIQUE</b>	Vendredi 12/11/2021 Vendredi 19/11/2021 Vendredi 26/11/2021	Salle du Conseil et des Mariages	10H00-12H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Ateliers d'émaillage sur lave <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>
Saint-Ours-les-Roches	Riom Limagne et Volcans	<b>MA MÉMOIRE EN JEU(X)</b>	Vendredi 05/11/2021 12/11/2021 19/11/2021 26/11/2021 03/12/2021 10/12/2021 17/12/2021 07/01/2022 14/01/2022 21/01/2022	Salle Anne Frank	10H00-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Exercices simples et ludiques permettant de stimuler la mémoire <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>
Saint-Ours-les-Roches	Riom Limagne et Volcans	<b>BALADE-NATURE</b> Cheire du Puy de Côme	Jeudi 01/07/2021	Devant l'Eglise	9h30-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	<u>Porteur de l'action</u> : CLIC Balades-nature en partenariat avec le REEA <b>Participation gratuite</b> Inscriptions auprès du CLIC au <b>04 73 33 17 64</b>

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Surat	Riom Limagne et Volcans	ATELIER INFORMATIQUE Débutants	09/09/2021 16/09/2021 23/09/2021 30/09/2021 07/10/2021 14/10/2021 21/10/2021 18/11/2021 25/11/2021 02/12/2021 09/12/2021 16/12/2021	Salle informatique de l'école/mairie	13h30-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Séances d'initiation à l'informatique débutants Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Volvic	Riom Limagne et Volcans	EMAILLAGE SUR LAVE	Mardis 07/09/2021 14/09/2021 21/09/2021	Salle l'Eclatier	10H00-12H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 3 séances d'émaillage sur lave Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Volvic	Riom Limagne et Volcans	BALADE-NATURE Les Richesses de l'Impluvium	Mercredi 19/05/2021	Parking du Parc des Sources - en face du chalet en bois	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Balades-nature en partenariat avec le REEA Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Volvic	Riom Limagne et Volcans	LA SANTE PAR LE RIRE	Un lundi ou un jeudi par mois Date de reprise à venir			Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS de Volvic Une séance mensuelle de yoga du rire Inscriptions auprès du CCAS de Volvic au 04 73 33 73 92
Volvic	Riom Limagne et Volcans	GYMNASTIQUE ADAPTEE	Tous les lundis et jeudis Date de reprise à venir			Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS de Volvic Inscriptions auprès du CCAS de Volvic au 04 73 33 73 92
Volvic	Riom Limagne et Volcans	ROULEZ JEUNESSE Initiation au vélo électrique	Jeudi 23 septembre 2021	Caserne des Pompiers	2 créneaux au choix : 9H30-11H30 14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Balade en vélo à assistance électrique Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Volvic	Riom Limagne et Volcans	SENIORS AU VOLANT	Mardi 02/11 Mardi 09/11 + 3ème date à définir	A définir	14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CIAS Riom Limagne et Volcans 12 séances Participation gratuite Inscriptions auprès du CIAS RLV au 04 73 63 81 34