

et pour finir
**Spectacle
de gladiateurs**



**SPO
ludi
ardèche RT**

JEUDIludi

Vous avez plus de 60 ans ?

Venez passer votre journée

du jeudi 28 septembre 2017 à MuséAl

site antique Alba-la-Romaine,

activités physiques, ateliers culturels

et spectacle vous y attendent



repas offert sur réservation

+ d'infos et inscription à l'intérieur

de ce document ou au 04 75 66 78 29



Nous sommes heureux de vous proposer cette première journée conviviale et de découverte d'activités sportives pour les séniors. Le site antique d'Alba-la-Romaine, ce lieu d'exception accueillera des stands d'information, des ateliers, une visite du site antique et des moments de partage et de rencontre. Depuis l'Antiquité, l'exercice physique est connu comme un moyen de conserver la santé ou de la retrouver. Encore aujourd'hui, de nombreuses pratiques sportives sont l'héritage de cette période et pratiquer une activité physique est une des conditions pour rester en forme longtemps. Alors venez nombreux ! Cette journée gratuite s'adresse aux séniors sportifs ou non, aux curieux, aux personnes en recherche d'information, ayant envie de découvrir, de tester ou d'observer des activités proposées sur le territoire.

Martine Finiels, vice-présidente en charge de la santé, de l'autonomie des séniors et des personnes en situation de handicap

Christian Féroussier, vice-président en charge des politiques sportives et évènementielles

Programme de la journée du 28 Septembre 2017 de 9h30 à 18h

9h30-10h

Ouverture de la journée – accueil des participants – inscriptions aux ateliers – café viennoiseries

10h-11h30

Ateliers découvertes sportives / Visites guidées de MuséAI / Conférence sur l'approche Carpe Diem, Nicole Poirier, maître de conférence (Conférence initiée et portée par l'AAD, Ardèche Aide à Domicile)

11h30-13h

Apéritif déjeunatoire offert sur inscription

13h-16h

Ateliers découvertes sportives / Visites guidées de MuséAI /

16h30

Goûter fraîcheur

17h-18h

Spectacle « Gladiateur » (ouvert aussi aux enfants)

Pensez à vous inscrire avant le 22 Septembre

en donnant votre nom et
prénom :



En appelant au
04 75 66 78 29



En écrivant à
domicile.coordination@ardeche.fr



En renvoyant votre
coupon réponse
à Direction de
l'autonomie,
2^{bis} rue de la recluse
07000 Privas

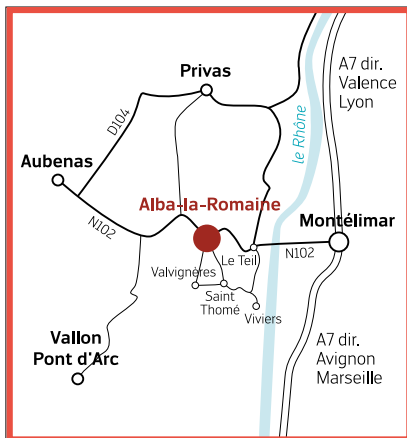
NOM :

PRENOM :

et/ou CLUB et nombre de
participants :

- Je m'inscris à la journée
du 28 septembre et
souhaite un repas à
midi.
- Je m'inscris à la journée
du 28 mais ne souhaite
pas de repas à midi.

Pour venir :



ACCÈS EN CAR

→ ligne 74 TER :
Les Vans / Aubenas /
Montélimar /
Valence TGV
(arrêt Alba -
ruines romaines)

ACCÈS EN VOITURE

→ Montélimar : 20 km
→ Aubenas : 25 km
→ Vallon Pont d'Arc :
35 km
→ Viviers : 15 km
→ depuis autoroute
A7, sortie Montélimar
nord ou sud



MuséAl
site antique • Alba

prévoir une tenue confortable,
et des chaussures de sport.