Association Réseau Seniors
CLIC Riom Limagne Combrailles
N° SIRET : 450 991 880 000 29

✉ 51 rue lafayette - 63200 Riom
☎ 04.73.33.17.64
secretariat@clic-riom.fr

ACTIONS COLLECTIVES SUR LE TERRITOIRE DU CLIC RIOM LIMAGNE COMBRAILLES

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Aigueperse	Plaine Limagne	**BIEN-ETRE** **AUTOMASSAGE**	Mercredi 22 juin 2022 Mercredi 29 juin 2022 Mercredi 6 juillet 2022	Salle des Conférences Cour de la Mairie 153 Grande Rue	9h30-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Cycle de 3 séances d'automassage **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Aigueperse	Plaine Limagne	**BIEN-ETRE** **SOINS ESTHETIQUES**	Lundi 5 Décembre 2022 Lundi 12 Décembre 2022 Lundi 19 Décembre 2022	Mairie Salle 4	10H00-12H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Cycle de 3 séances de soins esthétiques **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Aigueperse	Plaine Limagne	**BIEN-ETRE** **NATUROPATHIE**	Vendredi 9 Décembre 2022 Vendredi 16 Décembre 2022	Mairie salle n°7	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Deux conférences sur les méthodes naturelles pour renforcer son système immunitaire et huiles essentielles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Aigueperse	Plaine Limagne	**BALADE** **MARCHONS DANS NOS CAMPAGNES**	Tous les mercredis à partir du 15/09	Maison des Associations	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**
Aigueperse	Plaine Limagne	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Vendredi 16 Septembre 2022 Vendredi 30 Septembre 2022 Vendredi 14 Octobre 2022 Vendredi 28 Octobre 2022 Vendredi 18 Novembre 2022	Salle 4 Cour de la Mairie 153 Grande Rue	16h00-17h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Aigueperse	Plaine Limagne	**AIDANTS** **RENDEZ-VOUS DES AIDANTS**	Mardi 14/06/2022	Mairie Salle 4	14h30-15h30	Aidants familiaux	Pas de transport possible	Porteur de l'action : PFAR Séances animées par une Psychologue **Participation gratuite** **Inscrption à la PFAR au 04 73 31 76 07**
Ars-les-Favets	Pays de Saint-Éloy							
Artonne	Plaine Limagne	**BALADE NATURE**	06/06/2022	Place de la Fontaine	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Artonne	Plaine Limagne	**BALADE VELO**	01/04/2022	Place de la Fontaine	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Aubiat	Plaine Limagne							
Ayat-sur-Sioule	Pays de Saint-Éloy							
Bas-et-Lezat	Plaine Limagne							
Beaumont-les-Randan	Plaine Limagne							
Beauregard-Vendon	Combrailles Sioule et Morge	**BIEN-ETRE** **NATUROPATHIE**	Vendredi 18 Novembre 2022 Vendredi 25 Novembre 2022	Nouvelle Maison des Associations	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Deux conférences sur les méthodes naturelles pour renforcer son système immunitaire et huiles essentielles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Beauregard-Vendon	Combrailles Sioule et Morge	**CONDUITE AUTOMOBILE** **SENIORS AU VOLANT**	Jeudi 17/03/2022 Jeudi 24/03/2022 Jeudi 31/03/2022 Jeudi 07/04/2022	Mairie Salle du Conseil	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** 3 séanes théroriques et une séance pratique avec l'auto-école **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Beauregard-Vendon	Combrailles Sioule et Morge	**ART/MANUEL** **EMAILLAGE SUR LAVE**	Mardi 8 février 2022 Mardi 15 mars 2022	Salle du Conseil	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Séances d'émaillage sur lave / possibilité de participer à une séance unique. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Beauregard-Vendon	Combrailles Sioule et Morge	**ART/MANUEL** **FABRICATION DE SAVONS**	Mardi 1er mars 2022	Salle du Conseil à la Mairie	9h30-12h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'actions CLIC Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Biollet	Pays de Saint-Éloy							
Blot-l'Église	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les vendredis	Maison pour Tous	17h00-18h00	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
Bromont-Lamothe	Chavanon Combrailles et Volcans	**BALADE VELO électrique**	Lundi 16/05/2022	Place de la Mairie	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Bussières-près-Pionsat	Pays de Saint-Éloy	**BALADE VELO électrique**	Vendredi 17/06/2022	Placde la Mairie	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Bussières-et-Pruns	Plaine Limagne							
Buxières-sous-Montaigut	Pays de Saint-Éloy							
Chambaron-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis	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
Chambaron-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	**BALADE MARCHONS DANS NOS CAMPAGNES**	Tous les mardis à partir du 14/09 et les vendredis à partir du 17/09	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**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Chambaron-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	**DANSE** **REDANSONS DANS NOS CAMPAGNES**	Tous les mardis à partir du 14/09	Parking de la salle du domaine LA MOUTADE	11h00-12h00	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**
Champs	Combrailles Sioule et Morge							
Chanat-la-Mouteyre	Riom Limagne et Volcans	**ART/MANUEL** **FABRICATION DE BOUGIES ARTISANALES**	Mardi 5 Avril	Salle au dessus de la cantine	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Atelier animé par Les Bougies de Léontine **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Chapdes-Beaufort	Chavanon Combrailles et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	Salle Champagnol CHAPDES-BEAUFORT	16h00-17h00	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
Chapdes-Beaufort	Chavanon Combrailles et Volcans	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Vendredi 11 février Vendredi 18 février Vendredi 25 février Vendredi 4 mars Vendredi 11 mars Vendredi 18 mars Vendredi 25 mars Vendredi 1er avril Vendredi 8 avril Vendredi 15 avril Vendredi 22 avril Vendredi 29 avril	Salle Champagnol CHAPDES-BEAUFORT	13H30-15H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Atelier de stimulation cognitive avec exercices simples et ludiques **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Chapdes-Beaufort	Chavanon Combrailles et Volcans	**ATELIERS AIDES**	Lundi 13 juin 2022 Lundi 27 juin 2022	Salle Saint-Joseph	14h00	Aidés	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Chappes	Riom Limagne et Volcans	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Lundi 12/09/2022 Lundi 19/09/2022 Lundi 26/09/2022 Lundi 10/10/2022 Lundi 17/10/2022 Lundi 07/11/2022 Lundi 14/11/2022 Lundi 21/11/2022 Lundi 28/11/2022 Lundi 05/12/2022	A confirmer	10H00-11H30	Personnes plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Exercices simples et ludiques stimulant les fonctions cognitives. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Chaptuzat	Plaine Limagne	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Mardi 13/09/2022 Mardi 27/09/2022 Mardi 11/10/2022 Mardi 18/10/2022 Mardi 25/10/2022 Lundi 07/11/2022 Mardi 22/11/2022 Mardi 29/11/2022 Lundi 12/12/2022 Mardi 20/12/2022	Mairie - Salle du Conseil	14h00-15h30	Personnes plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Exercices simples et ludiques stimulant les fonctions cognitives. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Chaptuzat	Plaine Limagne	**SMARTPHONE INFORMATIQUE**	Jeudi 05/05/2022 Vendredi 13/05/2022 Jeudi 09/06/2022 Vendredi 10/06/2022 Jeudi 16/06/2022 Vendredi 17/06/2022 Jeudi 23/06/2022 Vendredi 24/06/2022 Vendredi 01/07/2022 Vendredi 08/07/2022	Mairie Salle du Conseil	14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action :CLIC Utilisation du smartphone, avec 2 séances sur ordinateurs. **Participation gratuite** **Inscription auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Chaptuzat	Plaine Limagne	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	salle des fêtes	10h30 à 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
Chaptuzat	Plaine Limagne	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Vendredi 16 Septembre 2022 Vendredi 30 Septembre 2022 Vendredi 14 Octobre 2022 Vendredi 28 Octobre 2022 Vendredi 18 Novembre 2022	Mairie Salle du Conseil	14H00-15H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Charbonnières-les-Varennes	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	Maison des loisirs à Paugnat	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-Varennes	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **AUTOMASSAGE**	Lundi 13 juin 2022 Lundi 20 juin 2022	Salle des Loisirs PAUGNAT	9h30-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Cycle de deux séances d'automassage. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Charbonnières-les-Varennes	Riom Limagne et Volcans	**BALADE** **MARCHONS DANS NOS CAMPAGNES**	Tous les jeudis à partir du 09/09	Maison des loisirs à Paugnat	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**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Charbonnières-les-Vieilles	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Salle du Conseil Mairie	16h30-17h30	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-Vieilles	Combrailles Sioule et Morge	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Mardi 13/09/2022 Mardi 20/09/2022 Mardi 27/09/2022 Mardi 11/10/2022 Mardi 18/10/2022 Mardi 08/11/2022 Mardi 15/11/022 Mardi 22/11/2022 Mardi 29/11/2022 Mardi 13/12/2022	Mairie - Salle du Conseil	10H00-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Exercices simples et ludiques stimulant les fonctions cognitives. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Charbonnières-les-Vieilles	Combrailles Sioule et Morge	**SMARTPHONE INFORMATIQUE**	Vendredi 23/09/2022 Vendredi 30/09/2022 Vendredi 07/10/2022 Vendredi 14/10/2022 Vendredi 21/102022 Vendredi 28/10/2022 Vendredi 04/11/2022 Vendredi 18/11/2022 Vendredi 25/11/2022 Vendredi 02/12/2022	Mairie - Salle du Conseil	10H00-12H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier d'initiation à l'utilisation de son téléphone mobile. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**
Charbonnières-les-Vieilles	Combrailles Sioule et Morge	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Jeudi 2 Juin 2022 Jeudi 9 Juin 2022 Jeudi 16 Juin 2022 Jeudi 23 Juin 2022 Jeudi 30 Juin 2022	Mairie Salle du Conseil	14H30-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Charbonnières-les-Vieilles	Combrailles Sioule et Morge	**CONFERENCE** **MALADIE D'ALZHEIMER**	Jeudi 6 Octobre 2022	Mairie Salle du Conseil	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Conférence animée par un rééducateur cognitif **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Charensat	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les vendredis	Salle des Fêtes	15h30-16h30	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
Charensat	Pays de Saint-Éloy	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Mardi 24 Mai 2022 Mardi 31 Mai 2022 Mardi 7 Juin 2022 Mardi 14 Juin 2022 Mardi 21 Juin 2022	Salle des Fêtes	14h00-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Château-sur-Cher	Pays de Saint-Éloy							
Châteauneuf-les-Bains	Combrailles Sioule et Morge	**INITIATION VELO ELECTRIQUE**	Vendredi 03/06/2022	Parking des Themrs	10h00-12h00 ou 14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Initiation au vélo électrique avec prêt de vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les mercredis	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 **Participation gratuite** Aucune inscription nécessaire
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	**LIEN SOCIAL** **CAFE DU BEL AGE**	Lundis à partir de mars 2022		14h30-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CCAS Programme d'activités **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	**MÉMOIRE** **PEPS EUREKA**	A partir du 21/04/2022			Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : ARSEPT Atelier de stimulation cognitive. **Participation gratuite** **Inscriptions au CCAS :** **04 73 86 17 48**
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **SOCIO-ESTHETIQUE**	Lundis 14/11/2022 21/11/2022 28/11/2022	Salle du Club de l'Amitié - Rue Saint-Michel d'En Haut (en face de l'Eglise Sainte-Anne)	9h30-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 3 séances de soins esthétiques **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au** **04 73 33 17 64**
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	**MOBILITE** **ATELIER SUR LES TRANSPORTS EN COMMUN**	Lundi 17 Octobre 2022	La Mouniaude Salle Cuvelier	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Un atelier pour tout connaitre sur le bus de RLV **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au** **04 73 33 17 64**
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	**CONFERENCE** **MALADIE D'ALZHEIMER**	Lundi 7 Novembre 2022	La Mouniaude Salle Cuvelier	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : ARSEPT Conférence animée par un rééducateur cognitif **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CCAS au** **04 73 86 17 48**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	**CONFERENCE BIEN-VIEILLIR**	Lundi 19/09/2022	La Mouniaude Salle Cuvelier	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : ARSEPT Conférence animée par un rééducateur cognitif **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CCAS au 04 73 86 17 48**
Châtel-Guyon	Riom Limagne et Volcans	**CONFERENCE NUTRITION**	Jeudi 06/10/2022	La Mouniaude Salle Cuvelier	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : ARSEPT Conférence animée par un rééducateur cognitif **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CCAS au 04 73 86 17 48**
Chavaroux	Riom Limagne et Volcans							
Cisternes-la-Forêt	Chavanon Combrailles et Volcans	**BALADE NATURE**	13/10/2022	Hameau de Perol	9h30-12h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Clerlande	Riom Limagne et Volcans	**BALADE NATURE**	23/09/2022	Place Saint-Amable	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Clerlande	Riom Limagne et Volcans	**BALADE VELO**	Lundi 05/12/2022	Place Saint-Amable	14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Clerlande	Riom Limagne et Volcans	**ART/MANUEL** **EMAILLAGE SUR LAVE**	Jeudi 10 février 2022 Jeudi 17 mars 2022	Mairie - Salle du Conseil	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier d'émaillage sur lave / possibilité de s'inscrire à une séance unique. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la Mairie au 04 73 97 00 86.**
Combrailles	Chavanon Combrailles et Volcans							
Combronde	Combrailles Sioule et Morge	**BIEN-ETRE** **NATUROPATHIE**	Vendredi 21 Octobre 2022 Vendredi 28 Octobre 2022	Salle Seniors	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Deux conférences sur les méthodes naturelles pour renforcer son système immunitaire et huiles essentielles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Combronde	Combrailles Sioule et Morge	**ATELIERS AIDES**	Vendredi 10/06/2022 Vendredi 24/06/2022	Mairie	14h00	Aidés	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Combronde	Combrailles Sioule et Morge	**AIDANTS** **GROUPE D'ECHANGES ENTRE AIDANTS EN SOIREE**	Mardi 10 mai 2022	Mairie	18h00-19h30	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Combronde	Combrailles Sioule et Morge	**SMARTPHONE**	Mardi 26 avril Mardi 3 mai Mardi 10 mai Mardi 24 mai Mardi 31 mai Mardi 7 juin Mardi 14 juin Mardi 21 juin Mardi 28 juin Mardi 5 juillet	Médiathèque	13h30-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier d'initiation à l'utilisation de son téléphone mobile. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**
Combronde	Combrailles Sioule et Morge	**NUTRITION** **MANGER BIEN BIEN MANGER**	Vendredi 04/11/2022 Vendredi 18/11/2022 Vendredi 16/12/2022	Maison du peuple	9h00-14h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** Atelier animé par une diététicienne **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la Mairie au 04 73 97 10 25**
Condat-en-Combraille	Chavanon Combrailles et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	Mairie	10h30-11h45	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
Condat-en-Combraille	Chavanon Combrailles et Volcans	**BALADE** **MARCHE NORDIQUE**	Tous les mercredis à partir du 06/04/2022	Salle polyvalente	10h00-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : Siel Bleu Marche nordique et utilisation d'applications de randonnées sur smartphone **Participation financière** **Inscritions au** **06 69 75 64 44**
Davayat	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis	salle Pierre Mosnier, rue du château	9h00-10h00	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
Durmignat	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis A partir du 05/05	Salle des Fêtes	9h45-10h45	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
Effiat	Plaine Limagne							
Ennezat	Riom Limagne et Volcans	**INFORMATIQUE**	Avenir en 2022	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 de perfectionnement **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CIAS RLV au 04 73 63 81 34**
Entraigues	Riom Limagne et Volcans							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Enval	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	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
Espinasse	Pays de Saint-Éloy							
Fernoël	Chavanon Combrailles et Volcans	**ART/MANUEL** **FABRICATION DE BOUGIES ARTISANALES**	Mardi 08/02/2022	Salle des Associations	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de fabrication de bougies artisanales, animé par Les Bougies de Léontine. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**
Giat	Chavanon Combrailles et Volcans	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Vendredi 11 février Vendredi 18 février Vendredi 25 février Vendredi 4 mars Vendredi 11 mars Vendredi 18 mars Vendredi 25 mars Vendredi 1er avril Vendredi 8 avril Vendredi 15 avril Vendredi 22 avril Vendredi 29 avril	**Place de la Mairie**	**Cf infos**	**Personnes de plus de 60 ans**	**Pas de transport possible**	Porteur de l'action : CLIC Séances de stimulation cognitive avec des exercices simples et ludiques. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Giat	Chavanon Combrailles et Volcans	**ART/MANUEL** **FABRICATION DE BOUGIES ARTISANALES**	Mardi 8 février 2022	Salle des Fêtes	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier animé par Les Bougies de Léontine **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Giat	Chavanon Combrailles et Volcans	**ATELIERS AIDES**	Jeudi 2 juin 2022 Vendredi 17 juin 2022	Mairie	14h00	Aidés	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Gimeaux	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Maison des Associations	11H00-12H00	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
Gouttieres	Pays de Saint-Éloy							
Jozerand	Combrailles Sioule et Morge	**BALADE VELO**	Mercredi 13/07/2022	Place de la Fontaine	14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
La Celle	Chavanon Combrailles et							
La Cellette	Pays de Saint-Éloy							
La Crouzille	Pays de Saint-Éloy							
La Goutelle	Chavanon Combrailles et Volcans				H			
Landogne	Chavanon Combrailles et Volcans							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Lapeyrouse	Pays de Saint-Éloy	**BALADE VELO**	Vendredi 06/05/2022	Place de l'Eglise	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Lapeyrouse	Pays de Saint-Éloy	**BALADE** **MARCHONS DANS NOS CAMPAGNES**	Tous les jeudis à partir du 09/09	Salle des Fêtes	15h00-16h00	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**
Le Cheix-sur-Morge	Riom Limagne et Volcans	**INFORMATIQUE TABLETTE SMARTPHONE**	Mercredi 21/09/2022 Mercredi 28/09/2022 Mercredi 05/10/2022 Mercredi 12/10/2022 Mercredi 19/10/2022 Mercredi 09/11/2022 Mercredi 16/11/2022 Mercredi 23/11/2022 Mercredi 30/11/2022 Mercredi 07/12/2022	Mairie Salle du Conseil	9H30-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 10 séances sur l'utilisation de l'ordinateur, la tablette et le smartphone, au choix selon ce qu'ont les participants. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**
Le Quartier	Pays de Saint-Éloy							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Les Ancizes-Comps	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les mercredis	Salle derrière l'école	9h00-10h00	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
Les Ancizes-Comps	Combrailles Sioule et Morge	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Vendredis 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 28/01/2022 04/02/2022	Maison des Jeunes Rue du Pont du Bouchet	14h00-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Exercices simples et ludiques permettant de stimuler la mémoire **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Les Ancizes-Comps	Combrailles Sioule et Morge	**CONDUITE AUTOMOBILE** **SENIORS AU VOLANT**	Mercredi 09/03/2022 Mercredi 16/03/2022 Mardi 22/03/2022 Mardi 29/03/2022	Maison des Jeunes Rue du Pont du Bouchet	14H00-17H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** 3 séanes théroriques et une séance pratique avec l'auto-école **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Les Ancizes-Comps	Combrailles Sioule et Morge	**NUTRITION** **MANGER BIEN BIEN MANGER**	Vendredi 25 Novembre 2022 Vendredi 2 Décembre 2022 Vendredi 9 Décembre 2022	Salle en dessous du Stade	9h00-14h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** Atelier animé par une diététicienne **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Les Martres-d'Artière	Riom Limagne et Volcans							
Lisseuil	Combrailles Sioule et Morge							
Loubeyrat	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Sale polyvalente	17h15-18h15	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
Loubeyrat	Combrailles Sioule et Morge	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	30/09/2022 07/10/2022 14 /10/ 2022 21 /10/ 2022 28 /10/2022 06/11/2022 18/11/2022 22/11/2022 02/12/2022 09/12/2022 16/12/2022 23 /12/2022	Salle du Club Sourire	15h30-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de stimulation cognitive avec des exercices simples et ludiques. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Loubeyrat	Combrailles Sioule et Morge	**BALADE NATURE**	19/05/2022	Hameau Le Court	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Loubeyrat	Combrailles Sioule et Morge	**ATELIERS AIDES**	Jeudi 16/06/2022 Jeudi 30/06/2022	Salle polyvalente	14h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Lussat	Riom Limagne et Volcans							
Malauzat	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	Salle polyvalente Saint-Genès-l'Enfant	14h30-15h30	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
Malauzat	Riom Limagne et Volcans	**BALADE NATURE**	02/06/2022	Parking du cimetière	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Malauzat	Riom Limagne et Volcans	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Vendredi 28/01 Vendredi 04/02 Vendredi 25/02 Vendredi 04/03 Vendredi 18/03 Vendredi 25/03 Vendredi 01/04 Vendredi 15/04 Jeudi 05/05 Jeudi 02/06 Vendredi 10/06 Jeudi 16/06 Vendredi 24/06 Vendredi 01/07	Salle de Saint-Genest-l'Enfant	10H00-11H30 14h00-15h30 pour les 28/01, 25/02, 25/03, 24/06	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de stimulation cognitive avec des exercices simples et ludiques. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Malauzat	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **AUTOMASSAGE**	Lundi 4 avril 2022 Lundi 11 avril 2022 Mercredi 13 avril 2022	Salle de Saint-Genest-l'Enfant	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de 2 séances d'automassage **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Malintrat	Riom Limagne et Volcans							
Manzat	Combrailles Sioule et Morge	**AIDANTS** **GROUPE D'ECHANGES ENTRE AIDANTS EN SOIREE**	Mardi 21 Juin 2022	Salle de la Mairie	18h00-19h30	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Manzat	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les vendredis	Salle des Mariages Mairie	11h00-12h00	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
Manzat	Combrailles Sioule et Morge	**HABITAT** **MOBILI'DOME**	Du 16/05 au 19/05	Place de l'Eglise	10h00-12h00 13h00-16h00 Du lundi 13h au jeudi 12h	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : Compagnons Batisseurs Informations sur les aides financières, la qualité de l'air, l'entretien des ventilations, les loisirs, les économies d'eau et d'électricité **Particiation gratuite** **Inscriptions au 07.60.21.72.98**
Marcillat	Combrailles Sioule et Morge							
Marsat	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE SOMMEIL**	Vendredis 03/06/2022 10/06/2022 17/06/2022 24/06/2022 01/07/2022	Mairie Salle du Conseil	16h00-18h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie axées sur le sommeil **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Marsat	Riom Limagne et Volcans	**INITIATION VELO ELECTRIQUE**	Lundi 03/10/2022	Rue des Ecoles	10h00-12h00 ou 14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Initiation au vélo électrique avec prêt de vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Martres-sur-Morges	Riom Limagne et Volcans							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Menat	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	Salle des Fêtes	17h00-18h00	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
Menat	Pays de Saint-Éloy	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Lundi 19 Septembre 2022 Lundi 26 Septembre 2022 Lundi 3 Octobre 2022 Lundi 10 Octobre 2022 Lundi 17 Octobre 2022	Mairie Salle des Mariages	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Ménétrol	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Mardi 7 Juin 2022 Mardi 14 Juin 2022 Mardi 21 Juin 2022 Mardi 28 Juin 2022 Mardi 5 Juillet 2022	Salle intergénérationnelle Place du 1er Mai	14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Ménétrol	Riom Limagne et Volcans	**BALADE NATURE**	12/05/2022	En face du parc de Mairabel	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Miremont	Chavanon Combrailles et Volcans							
Mons	Plaine Limagne							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Montaigut en Combraille	Pays de Saint-Éloy							
Montcel	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis et mercredis	Salle des Fêtes MONTCEL	9h30-10h30 les lundis 9h15-10h15 les mercredis	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
Montcel	Combrailles Sioule et Morge	**MARCHE NORDIQUE**	Vendredi 30/09/2022 Vendredi 07/10/2022 Vendredi 14/10/2022 Vendredi 21/10/2022 Vendredi 28/10/2022 Vendredi 04/11/2022	Devant la Mairie	16H15-17H15	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** 6 séances de marche nordique **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Montcel	Combrailles Sioule et Morge	**BIEN-ETRE** **NATUROPATHIE**	Vendredi 9 Septembre 2022 Vendredi 16 Septembre 2022 Vendredi 23 Septembre 2022 Vendredi 30 Septembre 2022 Vendredi 7 Octobre 2022	Mairie	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Deux conférences sur les méthodes naturelles pour renforcer son système immunitaire et huiles essentielles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Montel-de-Gelat	Chavanon Combrailles et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les vendredis	Salle des Fêtes	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
Montel-de-Gelat	Chavanon Combrailles et Volcans	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	30/09/2022 07/10/2022 14 /10/ 2022 21 /10/ 2022 28 /10/2022 04/11/2022 18/11/2022 22/11/2022 02/12/2022 09/12/2022 16/12/2022 23 /12/2022	Salle des Fêtes	10h30-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Exercices simples et ludiques permettant de stimuler la mémoire **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Montel-de-Gelat	Chavanon Combrailles et Volcans	**BIEN-ETRE** **NATUROPATHIE**	Jeudi 27/10/2022 Jeudi 01/12/2022	Salle des Fêtes	14h30-16h00 10h00-11h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Deux conférences sur les méthodes naturelles pour renforcer son système immunitaire et huiles essentielles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Montel-de-Gelat	Chavanon Combrailles et Volcans	**INITIATION VELO ELECTRIQUE**	Lundi 12/09/2022	Place la Mairie	10h00-12h00 ou 14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Initiation au vélo électrique avec prêt de vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Montfermy	Chavanon Combrailles et Volcans							
Montpensier	Plaine Limagne	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Vend 16/09/22 10h00-11h30 Vend 30/09/22 10h00-11h30 Vend 14/10/22 10h00-11h30 Vend 28/10/22 10h00-11h30 Mardi 08/11/22 14h00-15h30 Vend 25/11/22 10h00-11h30 Vend 02/12/22 14h00-15h30 Vend 09/12/22 10h00-11h30 Mardi 13/12/22 14h00-15h30 Vend 23/12/22 10h00-11h30	Mairie Salle du Conseil	Horaires selon les dates	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Exercices simples et ludiques pour stimuler la mémoire. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Montpensier	Plaine Limagne	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis	Salle Polyvalente	15h30-16h30 A partir de sept : 15h45-16h45	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
Moureuille	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis A partir du 05/05	Salle des Fêtes	11h00-12h00	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
Moureuille	Pays de Saint-Éloy	**BALADE NATURE**	**BALADE-NATURE**	Croisement du Hameau de la Bosse ECHASSIERES	14H00-17H00	personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 1 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Moureuille	Pays de Saint-Éloy	**INFORMATIQUE TABLETTE SMARTPHONE**	Vendredi 23 Septembre 2022 Vendredi 30 Septembre 2022 Vendredi 7 Octobre 2022 Vendredi 14 Octobre 2022 Vendredi 21 Octobre 2022 Vendredi 18 Novembre 2022 Vendredi 25 Novembre 2022 Vendredi 2 Décembre 2022 Vendredi 9 Décembre 2022 Vendredi 16 Décembre 2022	Mairie Salle du Conseil	13h00-15h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 10 séances sur l'utilisation de l'ordinateur, la tablette et le smartphone, au choix selon ce qu'ont les participants. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**
Mozac	Riom Limagne et Volcans	**MÉMOIRE** **PEPS EUREKA**	A partir du 28/01/2022 - 10 séances	Salle des Associations	14h00-16h00	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	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Maison des Associations	**10H30-11H30 jusqu'en septembre** **A partir du 13/06: 9h15-10h15**	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
Mozac	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Samedi 25 Juin 2022 Samedi 2 Juillet 2022	Maison des Associations salle 2	**10h00-11h30**	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Moureuille	Pays de Saint-Éloy							
Neuf-Eglise	Pays de Saint-Éloy							
Pessat-Villeneuve	Riom Limagne et Volcans							
Pionsat	Pays de Saint-Éloy	**ART/MANUEL** **FABRICATION DE SAVONS**	Mardi 29 mars 2022	Résidence Le Statère d'Or	9h30-12h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'actions CLIC Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64
Pontaumur	Chavanon Combrailles et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis et vendredis	Salle des Fêtes	Mardi : 9H00-10H15 Vendredi : 17H00-18H15	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
Pontaumur	Chavanon Combrailles et Volcans	**AIDANTS** **GROUPE D'ECHANGES ENTRE AIDANTS EN SOIREE**	Mardi 14 Juin 2022	Salle du Relais	18h00-19h30	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Pontgibaud	Chavanon Combrailles et Volcans							
Pouzol	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Salle des fêtes	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
Prompsat	Combrailles Sioule et Morge							
Pulverières	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis	Salle Polyvalente	16h00-17h00	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
Pulverières	Riom Limagne et Volcans	**BALADE NATURE**	05/09/2022	Devant la Mairie	9h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 1 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Pulverières	Riom Limagne et Volcans	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	30/09/2022 07/10/2022 14 /10/ 2022 21 /10/ 2022 28 /10/2022 06/11/2022 18/11/2022 22/11/2022 02/12/2022 09/12/2022 16/12/2022 23 /12/2022	Salle du Stade	13h30-15h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Exercices simples et ludiques de stimulation cognitive **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**
Pulverières	Riom Limagne et Volcans	**INFORMATIQUE TABLETTE SMARTPHONE**	Mardi 8 février Mardi 22 février Mardi 1er mars Mardi 8 mars Mardi 15 mars Mardi 22 mars Mardi 29 mars Mardi 5 avril Mardi 12 avril Mardi 19 avril	Stade de Rugby	15h30-17h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC 10 séances sur l'utilisation de l'ordinateur, la tablette et le smartphone, au choix selon ce qu'ont les participants. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**
Puy-Saint-Gulmier	Chavanon Combrailles et Volcans							
Queuille	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis et vendredis	Salle Polyvalente	Lundis : 15h45-17h15 Vendredis : 9h00-10h30	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
Randan	Plaine Limagne	**BALADE NATURE**	17/06/2022	Parking du Domaine Royal	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 1 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Randan	Plaine Limagne	**INFORMATIQUE TABLETTE SMARTPHONE**	Vendredi 6 Mai 2022 Vendredi 13 Mai 2022 Vendredi 20 mai 2022 Vendredi 3 Juin 2022 Vendredi 10 juin 2022 Vendredi 17 juin 2022 Lundi 20 juin 2022 Vendredi 24 juin 2022 Vendredi 1er juillet 2022	Salle d'accueil 5bis Place de la Mairie	13h30-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Initiation à l'ordinateur, tablette et smartphone. Participation gratuite **Inscriptions au CLIC : 04 73 33 17 64**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**ART/MANUEL** **AQUARELLE**	Tous les jeudis (semaines paires)	CLIC 51 Rue Lafayette RIOM	14h30-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Participation gratuite Inscriptions au CLIC : 04 73 33 17 64

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	**NUTRITION** **JEUX ET NUTRITION**	Lundi 11/07/2022 Lundi 26/09/2022 Lundi 26/10/2022 Jeudi 03/11/2022 Lundi 12/12/2022	CLIC 51 Rue Lafayette RIOM	10h00-12h00 113h30-15h30 10h00-12h00 10h00-12h00 10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier culinaire avec découverte de nouvelles recettes originales et variées **Participation gratuite** **Inscriptions au CLIC :** **04 73 33 17 64**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**JEUX ET NUTRITION**	Lundi 27/06/2022 Lundi 11/07/2022 Lundi 26/09/2022 Mercredi 26/10/2022 Jeudi 03/11/2022 Lundi 12/12/2022	CLIC 51 Rue Lafayette RIOM	10h00-12h00 13h30-15h30 10h00-12h00 13h30-15h30 13h30-15h30 13h30-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de découverte de jeux de société avec proposition d'adaptation **Participation gratuite** **Inscriptions au CLIC :** **04 73 33 17 64**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**SMARTPHONE INFORMATIQUE**	Vendredi 23/09 Vendredi 30/09 Vendredi 07/10 Vendredi 14/10 Vendredi 21/10 Vendredi 28/10 Vendredi 04/11 Vendredi 18/11 Vendredi 25/11 Vendredi 02/12	Salle du restaurant CCAS Riom	14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Utilisation du smartphone **Participation gratuite** **Inscriptions au CCAS de Riom :** **04 73 33 49 00**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	**GYMNASTIQUE DOUCE**	Tous les lundis sauf vacances de Noël	Maison des Associations Salle de l'Ambène	Plusieurs séances au choix : 8h00-9h00 9h00-10h00 10h00-11h00 11h00-12h00 17h00-18h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	**Porteur de l'action** : CCAS Riom **Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**INFORMATIQUE**	Tous les mardis sauf vacances de Noël	Maison des Associations Salle des Charmettes	10h30-11h30 11h30-12h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	**Porteur de l'action** : CCAS Riom **Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **YOGA SUR CHAISE**	Tous les jeudis sauf vacances de Noël	Maison des Associations Salle de l'Ambène	9H00-10H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	**Porteur de l'action** : CCAS Riom **Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**LIEN SOCIAL** **CAFE DES AINES**	Tous les jeudis sauf vacances de Noël	CCAS de Riom Espace Mozaïc	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	**Porteur de l'action** : CCAS Riom **Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	**MÉMOIRE** **TASSE DE NEURONES**	Tous les jeudis sauf vacances scolaires	Maison des Associations Salle St-Don	14H30-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	**Porteur de l'action** : CCAS Riom **Informations, tarifs et inscriptions auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**MÉMOIRE** **(troubles cognitifs débutants)**	23 mai 2022 20 juin 2022 27 juin 2022 4 juillet 2022 18 juillet 2022 29 aout 2022 12 septembre 2022 10 octobre 2022 24 octobre 2022 7 novembre 2022 21 novembre 2022 5 décembre 2022 19 décembre 2022	CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM	14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : Plateforme de Répit des Volcans Ateliers de stimulation cognitive pour personnes souffrant de troubles cognitifs débutants. **Participation gratuite**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**REPAS** **TABLE DES AINES**	05/10/2021 29/03/2022 03/05/2022	Salle Dumoulin		Ouvert à tous	Pas de transport possible	Porteur de l'actions : CCAS de Riom Inscriptions au 04 73 33 49 00

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	**LIEN SOCIAL** **SORTIES**	10/02/2022 14/04/2022 16/06/2022	*Musée des musiques populaires Montluçon *Pastillerie et visite de Vichy *Volcan de Lemptegy	Renseignements auprès du CCAS	Ouvert aux Riomois	Transport	Porteur de l'actions : CCAS de Riom Inscriptions au 04 73 33 49 00
Riom	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Salle Mosaïque	2 groupes 13h00-14h00 (à partir du 03/01/2022) 14h00-15h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Séances d'activité physique adaptée **Participation gratuite** **Inscriptions au CLIC :** **04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Mardi 11/01/2022 25/01/2022 08/02/2022 22/02/2022 08/03/2022 22/03/2022 05/04/2022 19/04/2022 03/05/2022 17/05/2022 31/05/2022 14/06/2022 28/06/2022 12/07/2022 26/07/2022 06/09/2022 20/09/2022 04/10/2022 18/10/2022 15/11/2022 29/11/2022 13/12/2022	CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM	14H30-16H00	Aidants familiaux	Pas de transport possible	Porteur de l'action : PFAR des Volcans Séances de sophrologie Participation gratuite **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**AIDANTS** **RENDEZ-VOUS DES AIDANTS**	27/01/2022 10/02/2022 17/03/2022 14/04/2022 19/05/2022 16/06/2022 07/07/2022 25/08/2022 22/09/2022 13/10/2022 17/11/2022 15/12/2022	CLIC 51 Rue Lafayette RIOM	14h30-16h30	Aidants familiaux	Pas de transport possible	Porteur de l'action : PFAR des Volcans Séances de sophrologie Participation gratuite Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Riom	Riom Limagne et Volcans	**MARCHE NORDIQUE**	Lundi 26/09/2022 Lundi 03/10/2022 Lundi 10/10/2022 Lundi 17/10/2022 Lundi 07/11/2022 Lundi 14/11/2022	Au CLIC 51 Rue Lafayette RIOM	11h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** 6 séances de marche nordique **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Riom	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **NATUROPATHIE**						
Roche d'Agoux	Pays de Saint-Éloy	**LIEN SOCIAL** **BARAQUE A FRAT'**	22/06/2021 20/07/2021 24/08/2021 21/09/2021 19/10/2021 23/11/2021 14/12/2021	Salle des Fêtes	A partir de 14H00	Personnes de plus de 60 ans	Possibilité de transport	Porteur de l'action : Les Petits Frères des Pauvres Temps convivial dans les communes autour d'activités pour recréer du lien social **Participation gratuite** **Inscriptions :** **06 04 59 08 40**
Saint-Agoulin	Plaine Limagne							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Angel	Combrailles Sioule et Morge	**BALADE VELO**	Mercredi 13/07/2022	Place de la Fontaine	14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Avit	Chavanon Combrailles et Volcans							
Saint-Beauzire	Riom Limagne et Volcans							
Saint-Bonnet-Près-Riom	Riom Limagne et Volcans							
Saint-Eloy-les-Mines	Pays de Saint-Éloy	**AIDANTS** **GROUPE D'ECHANGES ENTRE AIDANTS EN SOIREE**	Mardi 3 mai 2022	Salle Cours des Equipages	18h00-19h30	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Saint-Eloy-les-Mines	Pays de Saint-Éloy	**ATELIERS AIDES**	Vendredi 03/06/2022 Lundi 20/06/2022 (Comb'Images)	Salle polyvalente	14h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Saint-Étienne-des-Champs	Chavanon Combrailles et Volcans							
Saint-Gal-sur-Sioule	Combrailles Sioule et Morge							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Genès-du-Retz	Plaine Limagne							
Saint-Georges-de-Mons	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Les mardis et jeudis	salle des fêtes	mardis 14h45-15h45 et jeudis 14h30-15h30	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
Saint-Gervais-d'Auvergne	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	Salle espace de vie rurale	15h30-16h30	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
Saint-Gervais-d'Auvergne	Pays de Saint-Éloy	**AIDANTS-AIDES** **INFORMATION MALADIE DE PARKINSON**	Mardi 14 Juin 2022	Local de la PFAR	14h00	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles En présence de l'association France Parkinson **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Saint-Gervais-d'Auvergne	Pays de Saint-Éloy	**AIDANTS-AIDES** **CONCERT CHANSON FRANCAISE**	Mardi 28 Juin 2022	Local de la PFAR	14h00	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles Titres interprétés par Laurent, accompagnés de la guitare d'Ivan. Concert suivi d'un goûter. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Gervais-d'Auvergne	Pays de Saint-Éloy	**AIDANTS** **GROUPE D'ECHANGES ENTRE AIDANTS**	Mardi 7 Juin 2022	Local de la PFAR	14h00	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Saint-Gervais-d'Auvergne	Pays de Saint-Éloy	**AIDANTS** **GROUPE D'ECHANGES ENTRE AIDANTS EN SOIREE**	Mardi 28 Juin 2022	Local de la PFAR	18h00-19h30	Aidants familiaux	Transport	Porteur de l'action : PFAR des Combrailles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès de la PFAR au 07 50 65 60 72.**
Saint-Hilaire-de-Pionsat	Pays de Saint-Éloy							
Saint-Hilaire-la-Croix	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis	1er étage de la salle du Prieuré	**17h00-18h15** **A partir de septembre : 17h15-1830**	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
Saint-Hilaire-la-Croix	Combrailles Sioule et Morge	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Mardi 06/09/2022 Mardi 13/09/2022 Lundi 19/09/2022 Mardi 27/09/2022 Mardi 11/10/2022 Mardi 18/10/2022 Mardi 08/11/2022 Lundi 14/11/2022 Mardi 22/11/2022 Mardi 29/11/2022	Salle des Association au Prieuré	14H00-15H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Exercices simples et ludiques permettant de stimuler la mémoire **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Hilaire-les-Monges	Chavanon Combrailles et Volcans							
Saint-Ignat	Riom Limagne et Volcans							
Saint-Jacques-d'Ambur	Chavanon Combrailles et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les mercredis	Salle Rochefort (vers l'Eglise)	10h15-11h45	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
Saint-Jacques-d'Ambur	Chavanon Combrailles et Volcans	**BALADE NATURE**	10/10/2022	Place de la Chazotte	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Julien-la-Geneste	Pays de Saint-Éloy							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	**SMARTPHONE INFORMATIQUE**	Mardi 26 avril Mardi 3 mai Mardi 10 mai Mardi 24 mai Mardi 31 mai Mardi 7 juin Mardi 14 juin Mardi 21 juin Mardi 28 juin Mardi 5 juillet	Salle Les Lavandes	10H30-12H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Utilisation du téléphone mobile. **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Laure	Riom Limagne et Volcans	**CONDUITE AUTOMOBILE** **SENIORS AU VOLANT**	Mardi 11/10/2022 Mardi 18/10/2022 Mardi 08/11/2022 Mardi 15/11/2022	Maison des Associations Stade	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** 3 séanes théroriques et une séance pratique avec l'auto-école **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Maigner	Pays de Saint-Éloy							
Saint-Maurice-près-Pionsat	Pays de Saint-Éloy							
Saint-Myon	Combrailles Sioule et Morge	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis à partir du 05/05	Salle des Fêtes	14h15-15h15	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
Saint-Myon	Combrailles Sioule et Morge	**SMARTPHONE INFORMATIQUE**	Mardi 27/09/2022 Mardi 04/10/2022 Mardi 11/10/2022 Mardi 25/10/2022 Mardi 08/11/2022 Mardi 15/11/2022 Mardi 22/11/2022 Mardi 06/12/2022 Mardi 13/12/2022 Mardi 20/12/2022	Mairie Salle du Conseil	16h00-18h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** 10 séances sur l'utilisation du téléphone mobile et 2 séances possibles avec ordinateur **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Ours-les-Roches	Riom Limagne et Volcans	**ART/MANUEL** **FABRICATION DE BOUGIES ARTISANALES**	Lundi 7 mars 2022	Salle Georges Sand	14h30-16h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Atelier de fabrication de bougies artisanales, animé par Les Bougies de Léontine **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Ours-les-Roches	Riom Limagne et Volcans	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	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 28/01/2022 04/02/2022	Salle Anne Frank	10H00-11H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Exercices simples et ludiques permettant de stimuler la mémoire **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Ours-les-Roches	Riom Limagne et Volcans	**BALADE NATURE**	13/09/2022	Stade de Foot	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 1 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Ours-les-Roches	Riom Limagne et Volcans	**BALADE VELO** **électrique**	Lundi 11/04/2022	Place de l'Eglise	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Pardoux	Combrailles Sioule et Morge							
Saint-Pierre-le-Chastel	Chavanon Combrailles et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les jeudis A partir du 03/03/2022	Salle Polyvalente	17h30-18h30	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
Saint-Priest-des-Champs	Pays de Saint-Éloy	**BALADE NATURE**	01/07/2022	Devant l'Eglise	9h30-12h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Priest-des-Champs	Pays de Saint-Éloy	**BIEN-ETRE** **YOGA**	Tous les vendredos	Salle des Associations	17h30-18h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Séances de yoga **Participation gratuite** Aucune inscription nécessaire
Saint-Priest-des-Champs	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Salle des Associations	9h30-10h30	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
Saint-Priest-des-Champs	Pays de Saint-Éloy	**MÉMOIRE** **MA MÉMOIRE EN JEUX**	Vendredi 11/02 Vendredi 18/02 Vendredi 25/02 Vendredi 04/03 Vendredi 11/03 Vendredi 18/03 Vendredi 25/03 Vendredi 01/04 Vendredi 08/04 Vendredi 15/04 Vendredi 22/04 Vendredi 29/04	Salle des Associations	15H30-17H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Atelier de stimulation cognitive avec des exercices simples et ludiques **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Quintin-sur-Sioule	Combrailles Sioule et Morge	**INITIATION VELO ELECTRIQUE**	Lundi 26/09/2022	Place de l'Eglise	10h00-12h00 ou 14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Initiation au vélo électrique avec prêt de vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Quintin-sur-Sioule	Combrailles Sioule et Morge	**BIEN-ETRE** **AUTOMASSAGE**	Mardi 21 juin 2022 Mardi 28 juin 2022 Mardi 5 juillet 2022	Salle des Fêtes	14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de 3 séances d'automassage **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Quintin-sur-Sioule	Combrailles Sioule et Morge	**BALADE NATURE**	Vendredi 07/10/2022	Place de l'Eglise	9h30-12h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Quintin-sur-Sioule	Combrailles Sioule et Morge	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Jeudi 22 Septembre 2022 Jeudi 29 Septembre 2022 Jeudi 6 Octobre 2022 Jeudi 13 Octobre 2022 Jeudi 20 Octobre 2022	Salle des fêtes	14h30-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Quintin-sur-Sioule	Combrailles Sioule et Morge	**CONFERENCE** **MALADIE D'ALZHEIMER**	Jeudi 8 décembre 2022	Salle des Fêtes	14h30-16h20	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : ARSEPT **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Saint-Rémy-de-Blot	Combrailles Sioule et Morge	**BALADE NATURE**	14/10/2022	Place de la Mairie	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 2 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Rémy-de-Blot	Combrailles Sioule et Morge	**BALADE VELO**	Vendredi 14/10/2022	Place de la Mairie	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Saint-Sylvestre-Pragoulin	Plaine Limagne	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis et jeudis	Salle Polyvalente Le Bourg	lundi 14h30-15h30 et jeudi 11h-12h	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
Saint-Sylvestre-Pragoulin	Plaine Limagne	**NUTRITION** **NUTRI'ACTIV**	Lundi 07/03/2022 Lundi 14/03/2022 Lundi 21/03/2022 Lundi 28/03/2022 Lundi 04/04/2022 Lundi 11/04/2022	Salle des Associations—1 er étage de la Maison du Peuple	15H30-17H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** « Alimentation et activité physique » « Les besoins nutritionnels spécifiques des Seniors » « L'activité physique et ses bienfaits » « Alimentation Plaisir » « Du panier à l'assiette » « Les bons réflexes consommation » **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Sainte-Christine	Pays de Saint-Éloy							
Sardon	Plaine Limagne							
Sauret-Besserve	Pays de Saint-Éloy							
Sayat	Riom Limagne et Volcans							
Servant	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Salle des Fêtes	9h30-10h30	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
Servant	Pays de Saint-Éloy	**BIEN-ETRE** **SOPHROLOGIE**	Jeudi 10 Novembre 2022 Jeudi 17 Novembre 2022 Jeudi 24 Novembre 2022 Jeudi 1er Décembre 2022 Jeudi 8 Décembre 2022	Salle des Fêtes	13h30-15h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Cycle de 5 séances de sophrologie **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Servant	Pays de Saint-Éloy	**BIEN-ETRE** **AUTOMASSAGE**	Mardi 4 Octobre 2022 Mardi 11 Octobre 2022 Mardi 18 Octobre 2022	Salle des Fêtes	14h00-16h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de 3 séances d'automassage **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Servant	Pays de Saint-Éloy	**BIEN-ETRE** **NATUROPATHIE**	Vendredi 21 Octobre 2022 Vendredi 28 Octobre 2022	Salle des Fêtes	14H30-16H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Deux conférences sur les méthodes naturelles pour renforcer son système immunitaire et huiles essentielles **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Surat	Riom Limagne et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis A partir du 05/09	Salle du Foyer rural	15h30-16h00	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
Surat	Riom Limagne et Volcans	**SMARTPHONE INFORMATIQUE**	Mardi 27/09/2022 Mardi 04/10/2022 Mardi 11/10/2022 Mardi 25/10/2022 Mardi 08/11/2022 Mardi 15/11/2022 Mardi 22/11/2022 Mardi 06/12/2022 Mardi 13/12/2022 Mardi 20/12/2022	Salle informatique de l'Ecole Mairie	13h30-15h30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** 10 séances sur l'utilisation du téléphone mobile et 2 séances possibles avec ordinateur **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Teilhède	Combrailles Sioule et Morge							
Teilhet	Pays de Saint-Éloy							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Thuret	Plaine Limagne	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis à partir du 31/01	Mairie (salle Les Grisons)	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
Thuret	Plaine Limagne	**SMARTPHONE INFORMATIQUE**	Mardi 03/05/2022 Mardi 10/05/2022 Mardi 24/05/2022 Mardi 31/05/2022 Mardi 07/06/2022 Mardi 14/06/2022 Mardi 21/06/2022 Mardi 28/06/2022 Mardi 05/07/2022 Mardi 12/07/2022	Mairie (Salle Les Cassières - 1er étage)	16H00-18H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** 10 séances sur l'utilisation du téléphone mobile et 2 séances possibles avec ordinateur **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Thuret	Plaine Limagne	**MARCHE NORDIQUE**	Lundi 26/09/2022 Lundi 03/10/2022 Lundi 10/10/2022 Lundi 17/10/2022 Lundi 07/11/2022 Lundi 14/11/2022	Devant la Mairie	9H30-10H30	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **ARSEPT** 6 séances de marche nordique **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Tralaigues	Chavanon Combrailles et Volcans							
Varennes sur Morge	Riom Limagne et Volcans							
Vensat	Plaine Limagne							
Vergheas	Pays de Saint-Éloy	**BALADE NATURE**	09/09/2022	Place de l'Eglise	9h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 1 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Villeneuve-les-Cerfs	Plaine Limagne	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis et jeudis	Mairie/Salle des Mariages	Mardi : 9H30-10H30 Jeudi : 9H30-10H30	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
Villeneuve-les-Cerfs	Plaine Limagne	**BALADE VELO**	Lundi 07/11/2022	Place de l'Eglise	14H00-16H00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade vélo **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Villosanges	Chavanon Combrailles et Volcans	**GYM PLAISIR**	Tous les lundis	Salle des fêtes	11h00-12h00	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
Virlet	Pays de Saint-Éloy	**GYM PLAISIR**	Tous les mardis	salle socio-culturelle,le bourg	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
Virlet	Pays de Saint-Éloy	**BIEN-ETRE** **AUTOMASSAGE**	Mardi 4 Octobre 2022 Mardi 11 Octobre 2022 Mardi 18 Octobre 2022	salle socio-culturelle,le bourg	10h00-12h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : CLIC Atelier de 3 séances d'automassage **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Vitrac	Combrailles Sioule et Morge							
Voingt	Chavanon Combrailles et Volcans							

Commune	Communauté de Communes	Dénomination	Dates	Lieux	Horaires	Public	Transport	Infos
Volvic	Riom Limagne et Volcans	**BIEN-ETRE** **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	**BALADE NATURE**	27/09/2022	Stade de Moulet Marcenat	14h00-17h00	Personnes de plus de 60 ans	Pas de transport possible	Porteur de l'action : **CLIC** Balade niveau 3 **Participation gratuite** **Inscriptions auprès du CLIC au 04 73 33 17 64**
Youx	Pays de Saint-Éloy							