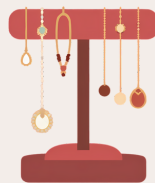


Programme du 9 au 14 mars:

8 ACTIVITÉ SUR LE THÈME DE LA
JOURNÉE DES DROITS DES FEMMES

Lundi 9 mars

- 9h-17h : Randonnée Dramont niveau 1 ★☆☆
Prévoir Pique Nique - *RDV parking des Salines RDC*
- 9h30-12h : March oxygénation - *RDV parking de la marquetterie*
- 10h30-12h : Club lecture : la femme dans la littérature 8
Salle A Fabrica
- 12h30-13h30 : Yoga - *Saint Charles*
- 14h-16h30 : Jeux de mots - *Salle anniversaire*
- 14h-16h30 : Confection de bijoux en résine et
porte bijoux en plâtre - *Espace Léo Ferré*
- 14h30-16h30 : Expression corporelle - *Salle A Fabrica*



Mardi 10 mars

- 9h-9h45 : Renforcement musculaire - *Salle A Fabrica*
- 9h30-11h30 : Réveil musculaire - *RDV Début du chemin des douaniers*
- 10h-10h45 : Fitness doux - *Salle A Fabrica*
- 10h30-12h : Forum des lecteurs : Sophie de Baere - *Salle anniversaire* 8
- 11h-12h : Chant - *Salle A Fabrica*
- 11h30-12h15 : Initiation au Bao Pao - *Académie de Musique*
- 14h-16h30 : Jeux de cartes - *Salle anniversaire*
- 14h30-16h30 : Ateliers loisirs créatifs : Confection d'une rose immortelle
Salle A Fabrica
- 14h30-16h15 : Equilibre et coordination - *Casa d'I Soci*
- 17h15-19h : Rencontre littéraire avec Alain Bauer
"Une autre histoire du crime" - *Hôtel Métropole*

Mercredi 11 mars

- 9h-9h45 : Gym douce - *Casa d'I Soci*
- 10h-12h : Ping-pong - *Parc Princesse Antoinette*
- 10h-10h45 : Gainage et renforcement - *Casa d'I Soci*
- 11h-12h : Fitness - *Casa d'I Soci*
- 11h-17h : Café céramique « Palette et tartelette »
à Nice - **Prix : 40 €** (atelier + goûter)
Venez décorer une pièce en céramique
Achat sur place pour le déjeuner
RDV Parking des Salines RDC
- 14h30-15h30 : Stretching - *Casa d'I Soci*
- 14h30-16h30 : Quiz sur les femmes marquantes 8
Espace Léo Ferré
- 15h - 16h45 : Jeux de mémoire "Femme d'hier et
d'aujourd'hui" *Espace Léo Ferré* 8



Jeudi 12 mars

- 9h30-16h30 : Sortie shopping (prévoir achats sur place) et visite de la
Ronronnerie (bar à chat) **prix 15€** (goûter) 8
Rdv parking des Salines
- 10h-12h : Atelier culinaire : Le sel et les épices :
relever les plats autrement - *Salle anniversaire*
- 10h-12h : Dessin/peinture portrait de femme - *Casa d'I Soci* 8
- 10h-12h30 : Ciné rencontre : Visionnage du film "Une pilote"
avec la venue du co-pilote Françoise Bocconi - *Casa d'I Soci* 8
- 13h30-14h30 : Pilates - *Salle de sport de la piscine St Charles*
- 14h-15h : Chant - *Salle Anniversaire*
- 14h30-15h30 : Stretching - *Salle de sport de la piscine St Charles*
- 19h30-21h30 : Les Sérénissimes de l'Humour : Nawel Madani
prix : 48€ 40€ sans ticket d'or, 29.20€ avec ticket d'or
8 *rdv devant l'accueil du Grimaldi Forum*



Vendredi 13 mars

- 9h30-12h : Marche nordique au Fort de la Revère
RDV Parking des Salines RDC
- 10h-12h : Club lecture : rencontre littéraire avec 8
Sophie de Baere - *Casa d'I Soci*
- 10h-12h : Jeux de mémoire - *Casa d'I Soci*
- 10h-12h : Atelier couture - *Salle A Fabrica*
- 14h30-16h30 : Après-midi récréatif avec un groupe
musical et initiation au Flamenco autour d'un
goûter *Espace Léo Ferré*
- 16h45-18h45 : Visionnage du film "La tresse" - *Casa d'I Soci* 8

Samedi 14 mars

- 18h : Pièce de théâtre : "Femmes au bord de la crise de mère"
à Menton
Prix : 25 €
RDV à l'arrêt minute de la gare
Retour en minibus à la fin de la pièce

