

Service loisirs seniors / Eté 2025

PROGRAMME DES ACTIVITÉS DE L'ÉTÉ 2025

Pour participer aux animations, il est obligatoire de s'inscrire.

Pour s'inscrire aux animations gratuites :

- par téléphone, au 04 92 53 24 79 - de 09h00 à 12h00 et de 13h30 à 16h30
- ou par mail à : fanny.baechler@ville-gap.fr

Pour les animations de **juillet**, les inscriptions se dérouleront
du lundi 30 Juin au vendredi 04 Juillet 2025

Pour les animations d'**Août**, les inscriptions se dérouleront
du lundi 28 Juillet au vendredi 1er Août 2025

Bon été à toutes et tous !!

JUILLET 2025 :

<u>Mercredi 09 Juillet 2025</u>	<u>Journée botanique à Charance avec Bertrand</u>
<p>Visite botanique et ateliers guidés et animés par une professionnelle du Centre Botanique Alpin</p> <p>9h44 : départ navette IUT 10h15 : visite guidée du parc botanique Alpin 11h15 : balade charance 12h15 :picnic 14h00 : Atelier autour des graines 16h10 : navette retour</p> <p>Activité gratuite prévoir picnic.</p>	
09h30 à 16h30	

<u>Vendredi 11 Juillet 2025</u>	<u>Matinée relaxation à Charance avec Bertrand</u>
<p>9h44 : départ navette IUT</p> <p>10h à 12h00 : pleine conscience marchée et séance de sophrologie</p> <p>12h20 : retour navette</p> <p>Prévoir tapis et bouteille d'eau partie de la séance allongée</p>	
De 9h30 à 12h30	

<u>Vendredi 18 Juillet 2025</u>	<u>Rando plateau de Bayard avec Bertrand</u>
<p>8h57 : départ navette IUT</p> <p>9h20 à 11h45 : rando sur le domaine</p> <p>12h: pic nic partagé</p> <p>14h : retour navette</p> <p>Activité gratuite prévoir picnic</p>	
De 9h30 à 14h20	

<u>Mardi 22 Juillet 2025</u>	<u>Balade croquée à Bayard avec Isabelle et Virginie</u>
<p>Départ : 8h57 navette pôle universitaire IUT (RDV 15 min avant)</p> <p>12h15 : pique-nique tiré du sac</p> <p>Balade facile au cœur du plateau de Bayard avec un temps pour croquer les beautés du paysage. Technique Sumi-e, peinture au pinceaux japonais (Matériel fourni)</p> <p>Retour navette de Charance : 15h30</p> <p>Activité gratuite</p>	
De 9h30 à 16h00	

<u>Mercredi 23 Juillet 2025</u>	<u>Journée botanique à Charance avec Bertrand</u>
<p>Visite botanique et ateliers guidés et animés par une professionnelle du Centre Botanique Alpin</p> <p>9h44 : départ navette IUT 10h15 : visite guidée du parc botanique Alpin 11h15 : balade charance 12h15 : picnic 14h00 : Atelier autour des graines 16h10 : navette retour</p> <p>Activité gratuite prévoir picnic.</p>	
9h30 à 16h30	

<u>Mercredi 23 Juillet 2025</u>	<u>Gym douce chinoise avec Virginie</u>
<p><u>Parc du Foyer Herman</u></p> <p>RDV 9h00 devant le portail d'entrée à la crèche.</p> <p>Séance de Qi Qong pour réveiller son corps en douceur. Tenue confortable.</p> <p>Activité gratuite</p>	
De 9h00 à 10h00	

<u>Jeudi 24 Juillet 2025</u>	<u>Visite des ARCHIVES DÉPARTEMENTALES avec Isabelle</u>
<p>Départ : 9h30 - Visite - exposition "EXODE en Algérie des derniers VAUDOIS Dormillouse > Atelier - Conférence</p> <p>Fin de la visite > 11h45</p>	
De 9h à 12h	

<u>Vendredi 25 Juillet 2025</u>	<u>Matinée relaxation à Charance avec Bertrand</u>
<p>9h44 : départ navette IUT</p> <p>10h à 12h00 : pleine conscience marchée et séance de sophrologie</p> <p>12h20 : retour navette</p> <p>Prévoir tapis et bouteille d'eau partie de la séance allongée</p>	
De 9h30 à 12h30	

<u>Mercredi 30 Juillet 2025</u>	<u>Gym douce chinoise avec Virginie</u>
<p><u>Parc du Foyer Herman</u></p> <p>RDV 9h00 devant le portail d'entrée à la crèche.</p> <p>Séance de Qi Qong pour réveiller son corps en douceur. Tenue confortable.</p> <p>Activité gratuite</p>	
De 9h00 à 10h00	

<u>Jeudi 31 Juillet 2025</u>	<u>Rando Bayard avec Bertrand</u>
<p>8h57 : départ navette IUT</p> <p>9h20 à 11h45 : rando sur le domaine</p> <p>12h: pic nic partagé</p> <p>14h : retour navette</p> <p>Activité gratuite prévoir picnic</p> <p>Activité gratuite</p>	
<p>De 8h45 à 14h30</p>	

<u>Jeudi 31 Juillet 2025</u>	<u>Exposition Musée Muséum de Gap avec Isabelle</u>
<p style="text-align: center;"><u>Musée de Gap</u></p> <p>RDV à 9h00 devant le Musée</p> <p>Présentation de deux expositions > “Mélange de genres” Paysage, portrait et nature morte à la découverte d’artistes connus pour les nombreuses peintures de montagnes Alpines et autres sujets.</p> <p>Exposition sur le thème “d’encre, d’eau et de montagnes” de l’artiste chinois HE YIFU.</p> <p>10h30 > Initiation à la technique de l’encre à la manière de l’artiste chinois.</p> <p>Activité gratuite</p>	
<p>De 9h00 à 11h30</p>	

AOÛT 2025 :

<u>Mardi 05 Août 2025</u>	<u>Balade croquée à Charance avec Isabelle, Virginie</u>
Départ : 09h44 navette pôle universitaire IUT (RDV 15 min avant)	
12h15 : pique-nique tiré du sac	
Balade facile au cœur de charance avec un temps pour croquer les beautés du paysage. Technique Sumi-e, peinture au pinceaux japonais (Matériel fourni)	
retour navette de Charance : 14h40	
Activité gratuite	
De 10h à 15h	

<u>Mardi 05 Août 2025</u>	<u>Rando Lecture à Charance avec Bertrand</u>
Départ : 09h44 navette pôle universitaire IUT (RDV 15 min avant)	
Balade facile au cœur de charance avec un temps de lecture de différents textes. retour navette de Charance : 12h20	
Activité gratuite	
De 10h à 13h00	

<u>Mercredi 06 Août 2025</u>	<u>Gym douce chinoise avec Virginie</u>
<u>Parc du Foyer Herman</u>	
RDV 9h00 devant le portail d'entrée à la crèche.	
Séance de Qi Qong pour réveiller son corps en douceur. Tenue confortable.	
Activité gratuite	
De 9h00 à 10h00	

<u>Jeudi 07 Août 2025</u>	<u>LES BOUTIQUES ÉPHÉMÈRES DE GAP</u> <u>avec Isabelle</u>
<u>Sortie journée dans les rues de Gap avec atelier</u>	
<p>10h : RDV Place St Marcellin > Visites des boutiques éphémères 12h15 pique-nique tiré du sac</p> <p>14h > Atelier artistique en lien avec la technique d'une artiste fin vers 17h00</p> <p>Activité gratuite</p>	
De 10h à 17h00	

<u>Mardi 12 Août 2025</u>	<u>SORTIE JOURNÉE à TALLARD</u> <u>Découvrir les jardins, au pied de la falaise du château et</u> <u>technique pastel sec</u> <u>avec Isabelle et Virginie</u>
<p>8h15 : RDV IUT</p> <p>12h15 pique-nique tiré du sac</p> <p>Retour vers 17h40</p> <p>Activité gratuite</p>	
De 8h00 à 18h00	

<u>Mercredi 13 Août 2025</u>	<u>Gym douce chinoise avec Virginie</u>
<u>Parc du Foyer Herman</u>	
<p>RDV 9h00 devant le portail d'entrée à la crèche.</p> <p>Séance de Qi Qong pour réveiller son corps en douceur. Tenue confortable.</p> <p>Activité gratuite</p>	
De 9h00 à 10h00	

<u>Mardi 19 Août 2025</u>	<u>Atelier JEUX DE SOCIÉTÉ avec Isabelle</u>
<u>Foyer HERMAN</u>	
Activité gratuite	
De 14h à 17h	