

DES ANIMATIONS POUR TOUS



Détente, maintien en forme,
développement de nos connaissances
linguistiques, littéraires, artistiques...

Les animations de la maison des Cèdres
peuvent être...

Régulières :

Des activités hebdomadaires : on s'inscrit
pour l'année, et une présence assidue
permettra de profiter pleinement des
bienfaits des ateliers, et de créer un esprit
de groupe convivial

Ponctuelles :

Concerts, sorties touristiques, conférences,
théâtre, cinéma
Vous bénéficiez de tarifs préférentiels et de
visites personnalisées.



Un planning mensuel des activités est
disponible sur notre site internet
(demandez « maison des cèdres Trévoux »
sur votre moteur de recherche), et sur place
à la maison des Cèdres

14 rue du Bois 01600 TREVOUX
04 74 00 47 49

Le PORTAGE DE REPAS



Vous avez certainement remarqué ce
véhicule dans les rues de la ville...
La Maison des Cèdres distribue plus de
8000 repas par an aux personnes qui en
font la demande.
Tarifs variables en fonction de vos revenus
et de votre adresse.

Renseignements au 04-74-00-47-49

LA NAVETTE TREVOUX-BUS



Elle vient vous chercher aux 4 coins de la
commune pour vous emmener en centre-
ville, à la poste, vers les commerces.
Nous étudions la possibilité de son
développement cette année (horaires plus
fréquents et circuits réaménagés)

14, rue du Bois
01600 TREVOUX

Tél : 04 74 00 47 49

maison.des.cedres@orange.fr



SAISON 2014-2015

CENTRE D'ANIMATION

Marche, aquagym,
atelier culturel, atelier
mémoire
Qi gong, taichi,
informatique, anglais,
tricot, patchwork...

NAVETTE « TREVOUX-BUS »

Des circuits réguliers
pour vous déplacer
partout dans la commune

PORTAGE DE REPAS À DOMICILE

Pour les séniors, ou les personnes
en difficulté momentanée de
déplacement :
Service de livraison de repas à
domicile à Trévoux et dans les
communes environnantes.

Adhésion Trévoux : 17,00 €

Adhésion autres communes : 23,00 €

LES ANIMATIONS REGULIÈRES

MARCHE et RANDONNÉES PEDESTRES

Petites, moyennes et grandes marches

le lundi

Grandes marches rapides **le jeudi**

Coût annuel : adhésion à l'association

AQUAGYM

Séances de 1h le jeudi ou vendredi à
12h30

Coût annuel :

Trévoux 135€ / Extérieur 150€

QI GONG

Séances de 1h30 le mardi à 10h 15

salle P. Desplaces

Coût annuel :

Trévoux 120€ / Extérieur 135€

TAÏCHI

Séances de 1h00 le mardi à 9h

salle P. Desplaces

Coût annuel :

Trévoux 120€ / Extérieur 135€

YOGA

Cours de 1h le jeudi à 9h45 ou 11h

Coût annuel :

Trévoux 120€ / Extérieur 135€

LES ANIMATIONS REGULIÈRES

ATELIER CULTUREL

Le 1er mardi du mois à 14h30

Coût annuel : adhésion à l'association

ATELIER MÉMOIRE

Séances de 1h30

2 vendredis / mois 9h00 et 10h30

Coût annuel : 50€ pour tous

INFORMATIQUE

Séances de 1h30

Lundi 14h/15h30 Jeudi 18h

Coût annuel : 150€ pour tous

ATELIER TRICOT

Le mercredi à 14h30 ou 17h30

Coût annuel : adhésion à l'association

JEUX DIVERS

Cartes, scrabble... le mardi à 14h

Coût : adhésion à l'association

ATELIER DE CONVERSATION EN ANGLAIS

Le jeudi 9h30 / 11h, le mardi 18h / 19h30

Coût annuel : 180€

14, rue du Bois
01600 TRÉVOUX

Tél : 04 74 00 47 49
maison.des.cedres@orange.fr



LES CLUBS ASSOCIÉS

PATCHWORK AVEC LE CLUB « BRIKOCOOL ET PSYCHOPATCH »

Coût annuel : cotisation au club +
adhésion à l'association

JEUX, GOÛTERS, SORTIES AVEC LE CLUB 3ÈME ÂGE « SOURIRE ENSEMBLE »

Coût annuel : cotisation au club +
adhésion à l'association

BRIDGE AVEC LE CLUB DE TRÉVOUX

Coût annuel : cotisation au club +
adhésion à l'association

LES ANIMATIONS PONCTUELLES

Un planning mensuel des activités est
disponible sur notre site internet
(demandez « maison des
cèdres Trévoux» sur votre moteur de
recherche), et sur place à la maison des
Cèdres