

Pour les  
**60 ans**  
et +

# Animations

Pour les résidents du territoire Arlysère

[www.arlysere.fr](http://www.arlysere.fr)

Suivez l'Agglomération Arlysère sur



L'Action Sociale





## THÉ PATRIMOINE

● Tarif plein : 6€  
Pour les + de 65 ans : 3€

### VISITE GUIDÉE DU CENTRE-VILLE D'ALBERTVILLE

Durée : 1h

LUNDI 11 SEPTEMBRE 2023



14h30 - Rdv au point info tourisme, face à l'Hôtel de Ville, cours de l'Hôtel de Ville - ALBERTVILLE

Venez (re)découvrir le centre-ville d'Albertville. Êtes-vous incollable sur l'histoire et le patrimoine de la ville ? Une heure de balade dans les rues principales d'Albertville avant de se poser... et de déguster une collation.

Sans inscription.  
Renseignements  
au ☎ 04 79 37 86 85



## THÉ CINÉ

● Tarif spécial pour les  
60 ans et + : 4,50€

### À MA GLORIA

de Marie Amachoukeli. Durée : 1h24

LUNDI 18 SEPTEMBRE 2023



14h30 - Dôme Cinéma - ALBERTVILLE

Cléo a tout juste six ans. Elle aime follement Gloria, sa nounou qui l'élève depuis sa naissance. Mais Gloria doit retourner d'urgence au Cap-Vert, auprès de ses enfants. Avant son départ, Cléo lui demande de tenir une promesse : la revoir au plus vite. Gloria l'invite à venir dans sa famille et sur son île, passer un dernier été ensemble.

Inscription obligatoire à l'EAS  
au ☎ 04 79 10 45 00



## THÉ DÉCOUVERTE

Gratuit

### ATELIER RECETTES ET HISTOIRES LOCALES À PARTAGER

JEUDI 21 SEPTEMBRE 2023



14h30 - Médiathèque - UGINE

Diplômé de l'école d'arts de Caen, Cyprien Desrez, jeune artiste plasticien, est animé par le voyage depuis toujours. Il parcourt les routes en France et à l'étranger en stop sans argent, ni portable.

Au cours de cet atelier, il vous invite à échanger histoires, anecdotes locales, et même recettes du terroir. Cyprien recueillera les témoignages, rassemblera ensuite les textes dans de petits livrets qui seront illustrés par les enfants du Centre de Loisirs d'Ugine.

Inscription au ☎ 04 79 89 70 26



## Vieillir ensemble

## une chance à cultiver !



- Thé Ciné
- Visite du Dôme Théâtre
- Stage de conduite
- Spectacles
- Pièce de théâtre
- Yoga en Équilibre
- Ateliers vitrail sur papier, mosaïque, compositions florales, création de cosmétiques naturels
- Temps partagé avec le clic et bien d'autres propositions !

Retrouvez toutes les sorties et animations dans le programme de «La Semaine Bleue», disponible dans les mairies, les centres sociaux et les lieux culturels des communes participantes.

**SEMAINE  
NATIONALE  
DES RETRAITÉS  
ET PERSONNES  
ÂGÉES**

[www.semaine-bleue.org](http://www.semaine-bleue.org)

Financés par la Conférence des Financeurs du  
Département de la Savoie



Animations organisées par le CIAS Arlysère  
en partenariat avec les acteurs locaux



Commune de  
**Beaufort**



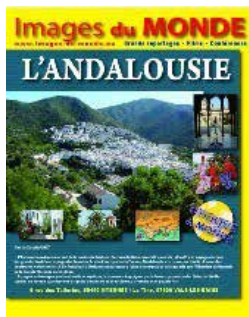
**GILLY**  
SUR ISÈRE



**LABATHIE**

**TOURNAN**





## CONFÉRENCE «L'ANDALOUSIE»

Tarif : 4€

**LUNDI 30 OCTOBRE 2023**

15h - Bâtiment 2 « Les Gentianes »

Tout public

*L'Andalousie est l'une des dix-sept communautés autonomes d'Espagne. Située au sud de la péninsule Ibérique elle est bordée au nord par la Castille, à l'est par la communauté autonome de Murcie, au sud la mer Méditerranée, l'océan Atlantique et Gibraltar, et à l'ouest le Portugal. Berceau du flamenco et de la corrida, l'Andalousie est un voyage au cœur des grandes traditions espagnoles.*

*Un film, un voyage aux émotions baignées de lumière et de couleurs, au rythme d'un peuple fier.*

Inscription au 04 79 89 00 97 ou par mail [animation.ehpadniveole@arlysere.fr](mailto:animation.ehpadniveole@arlysere.fr)

111 Avenue du Dr Chavent – 73400 UGINE

## ATELIERS

Financés par la Conférence des Financeurs du Département de la Savoie

### COMMUNES PARTENAIRES DES ATELIERS



## ATELIERS NUTRITION

**GRATUIT**

Par Christine **STIEVENARD-GINGER**, Éducatrice de santé **Nutrithérapeute**

### CONFÉRENCES AVEC ÉCHANGES

**Thème : équilibre acido/basique**

**LUNDI 11 SEPTEMBRE** 14h

**L'AAB - BEAUFORT**

*Qu'est-ce que c'est ? Quand cet équilibre est rompu, quel impact sur notre santé ? Comment le préserver ?*

**Inscription obligatoire auprès de L'AAB au 04 79 38 33 90**

**Thème : L'alimentation anti inflammatoire**

**MARDI 12 SEPTEMBRE** 14h30

**Salle de la Tourmotte - Tournon**

*Un tour d'horizon sur l'inflammation et ses conséquences. Des pistes alimentaires pour limiter inflammation et douleurs.*

**Inscription obligatoire au 06 83 19 79 31 ou par mail à : [christine.ginger@free.fr](mailto:christine.ginger@free.fr)**

## ATELIERS MOBILITÉ

GRATUIT

### Améliorer la mobilité et la sécurité des conducteurs seniors

Limité à 15 personnes.

En partenariat avec le CIAS Arlysère, sous l'égide d'Atouts prévention Rhône-Alpes, la MSA Alpes du Nord. Organisés par Itinéraires de santé.

Cursus de 3 séances sur 2 jours. Participation obligatoire aux 3 séances.



📍 L'Arpège, salle n° 2, 2 avenue des Chasseurs Alpins - ALBERTVILLE

**JEUDI 21 SEPTEMBRE**



De 13h30 à 17h

#### Module 1 Plaisir, sécurité, sérénité au volant (Théorie)

- Agir et réagir efficacement au volant
- Savoir gérer les situations de stress au volant
- Rappeler les règles du code de la route

**JEUDI 28 SEPTEMBRE**



De 9h à 12h

#### Module 2 Améliorer la mobilité et la sécurité des conducteurs seniors (Théorie)

- Les nouveaux panneaux et les nouvelles signalisations
- Les placements en circulation
- Les aptitudes à la conduite et les risques

**JEUDI 28 septembre 2023**



De 13h30 à 17h

#### Module 3 Améliorer la mobilité et la sécurité (Pratique)

- Exercice de conduite individuel (parcours routier, auto-évaluation...)



Inscription obligatoire à l'Espace Administratif et Social d'Albertville au 04 79 10 45 00

## ACTIVITÉS PHYSIQUES ET ATELIER D'ÉQUILIBRE/PRÉVENTION DES CHUTES

👤 Encadrés par Marie BENTZ de Sport Santé Dynamique Mercury Verrens

📍 UGINE - Salle multi-sports

GRATUIT

• Les jeudis de 9h à 10h

• Participation régulière conseillée

Du 7 septembre au 14 décembre 2023 (sauf vacances scolaires).

Inscription obligatoire à : la mairie d'Ugine au 04 79 37 33 00



📍 VERRENS-ARVEY - Salle associative - 755 route de Tamié (en dessus de l'école)

• Les jeudis de 10h30 à 11h30

12, 19 et 26 octobre

2, 9, 16, 23 et 30 novembre

7 et 14 décembre

## ATELIERS D'AUTONOMIE NUMÉRIQUE



GRATUIT

*Avec Numeasy. Animés par Marjorie Tognet.*

- ▶ Acquérir les connaissances de base à l'utilisation des outils numériques.
- ▶ Acquérir des connaissances ou une plus grande aisance dans la navigation internet.
- ▶ Connaître et utiliser les outils d'échange : messagerie, réseaux sociaux, avec un service administratif ou une institution.
- ▶ Faire une démarche administrative.
- ▶ Sécuriser les données.

Venir avec son matériel (ordinateur)

Limités à 6 personnes.

Participation recommandée à toutes les séances.

### • Les vendredis de 9h30 à 11h :

22, 29 septembre  
13, 20, octobre  
10, 17, 24 novembre  
1<sup>er</sup>, 8, 15 décembre

### 📍 MONTAILLEUR

Salle du Conseil municipal à la Mairie  
440 rue du chef-lieu

### Inscription obligatoire :

à la Mairie de Montailleur au 04 79 31 44 56

## STAGES AUX GESTES DE 1<sup>ers</sup> SECOURS

GRATUIT

*La sensibilisation aux Gestes Qui Sauvent (GQS) a pour objectif de sensibiliser aux gestes de premiers secours.*

Financés par la Conférence des  
Financeurs du Département de la Savoie



### • Mercredi 11 octobre

🕒 De 14h30 à 16h30

### 📍 ESSERTS-BLAY

Salle du Château - route du Château  
(après l'église)

### Inscription obligatoire :

à la mairie d'Esserts-Blay au 04 79 31 00 75 ou  
par mail à [contact.mairie@essertsblay.fr](mailto:contact.mairie@essertsblay.fr)  
ou sur place



Attestation délivrée après la formation.

14 personnes maximum

### • Le stage a pour objectifs :

- Se protéger, protéger la victime et les témoins,
- Alerter les secours d'urgence adaptés,
- Empêcher l'aggravation de l'état de la victime et préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.

Un autre stage sera proposé le mardi 5 décembre à la caserne des pompiers à Ugine.

## ATELIERS MÉMOIRE

GRATUIT

### “Encadrés par la Fabrique à Neurones”

**Les ateliers mémoire sont** des moments ludiques, conviviaux où toutes les fonctions cognitives sont stimulées (mémoire, concentration, raisonnement, représentations spatiales, flexibilité, rapidité) en s’amusant ensemble et en partageant nos propres stratégies.

La méthode bienveillante et collective permet à la fois de passer un bon moment et de garder son intellect en bonne santé.

Ces ateliers sont construits sur la littérature en neurosciences cognitives.



- Places limitées



#### 📍 ALBERTVILLE

Salle de réunion n°3 - 1er étage à l'arpège 2 avenue des Chasseurs Alpains

#### • Les mardis de 15h à 16h30 :

19, 26 septembre

10, 17 octobre

7, 14, 21, 28 novembre (*exceptionnellement en salle n°2 pour la dernière date*).

#### Inscription obligatoire à :

à l'Espace Administratif et Social d'Albertville au 04 79 10 45 00

#### 📍 NOTRE-DAME DES MILLIÈRES

Salle du conseil en mairie  
Chef-lieu

#### • Les jeudis de 15h à 16h30 :

21, 28 septembre

19 octobre

9, 16, 23, 30 novembre

7 décembre

#### Inscription obligatoire à :

la mairie de Notre Dame des Millières  
au 04 79 38 40 95

## ATELIERS ART-THÉRAPIE

### THÈME : MISSIVES, CARTES..., QUE ME RACONTEZ-VOUS ?



*Epthimia DIMITRIOU vous accompagnera avec bienveillance, humanité et bonne humeur pour que chaque séance soit une « Ré-Création des sens » !*

*Pour le plaisir de partager en créant, art postal et Ahikus au programme.*

*Accessible à tous, même ceux qui ne sont pas à l'aise avec l'écriture car nous créons d'une multitude de façons ! Venez découvrir et vous surprendre dans vos capacités à partager avec les autres !*

Cet atelier vous invite à :

- ▶ Sentir vos sens et votre corps vibrer
- ▶ Mobiliser votre vitalité pour rester en joie et alerte
- ▶ Prendre la liberté de créer
- ▶ Explorer votre créativité pour exprimer
- ▶ Retrouver le plaisir de partager avec d'autres

*Moyens : corps,  
mouvement, danse,  
écriture, collage,  
conte...*

- Places limitées.
- Coursus de 7 séances de 2h15 chacune.
- Participation recommandée à toutes les séances.
- 48€ forfaitaire (règlement par chèque à l'ordre du Trésor Public, à transmettre à la 1<sup>ère</sup> séance)

📍 **TOURS-EN-SAVOIE**  
Salle polyvalente  
1307 route Porte de Tarentaise  
(salle à droite de la mairie)

#### • Les lundis de 14h45 à 17h :

9, 16, 23, 30 octobre  
6, 13, 20 novembre

#### Inscription obligatoire :

à la mairie de Tours-en-Savoie  
au 04 79 31 00 73



# Navettes gratuites



Laissez la voiture  
et prenez le bus  
pour vivre de **GRANDS ÉVÈNEMENTS !**

Retrouvez tous les horaires des navettes dans la brochure disponible chez nos partenaires et sur [www.arlysere.fr](http://www.arlysere.fr)

**VENDREDI 13 OCTOBRE**

## SANS FAMILLE - Théâtre musical

**20h00** Dôme Théâtre Albertville

Départs depuis Beaufort, Villard-sur-Doron,

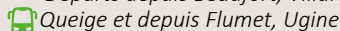


**JEUDI 19 OCTOBRE**

## KUTU - Concert d'ouverture du Grand Bivouac

**20h00** Dôme Théâtre Albertville

Départs depuis Beaufort, Villard-sur-Doron,



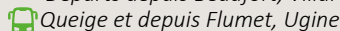
**SAMEDI 21 OCTOBRE**

## UNE DEMI-JOURNÉE AU FESTIVAL DU GRAND BIVOUAC

**De 16h à 20h30**

**Lieux culturels Albertville**

Départs depuis Beaufort, Villard-sur-Doron,

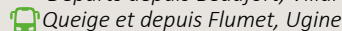


**JEUDI 9 NOVEMBRE**

## LA FERME DES BERTRAND

**20h30** Cinéma Chantecler Ugine

Départs depuis Beaufort, Villard-sur-Doron,



**VENDREDI 17 NOVEMBRE**

## JE NE COURS PAS JE VOLE - Théâtre

**20h00** Dôme Théâtre Albertville

Départs depuis Flumet et Ugine

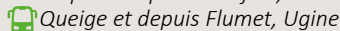


**SAMEDI 2 DÉCEMBRE**

## HARMON'ICE - Spectacle sur glace

**14H30** Halle Olympique Albertville

Départs depuis Beaufort, Villard-sur-Doron,

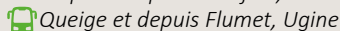


**MERCREDI 13 DÉCEMBRE**

## SIROCCO ET LE ROYAUME DES COURANTS D'AIR de Benoit Chieux

**14h00** Dôme Cinéma Albertville

Départs depuis Beaufort, Villard-sur-Doron,

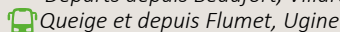


**MARDI 19 DÉCEMBRE**

## SOIRÉE MAGIQUE

**20h00** Dôme Théâtre Albertville

Départs depuis Beaufort, Villard-sur-Doron,



Avec l'Association d'Animation du Beaufortain (AAB) - 04 79 38 33 90

## FORUM DES ASSOCIATIONS

GRATUIT

**SAMEDI 9 SEPTEMBRE**

🕒 9h30 à 13h

*Inscriptions, démonstrations, initiations.*

📍 Salle Polyvalente - BEAUFORT



## GYM DOUCE

60€ + adhésion à l'association

🕒 Séances hebdomadaires les mardis matins  
et jeudis matins à partir de septembre.

📍 BEAUFORT



## APRÈS-MIDIS JEUX AVEC FRED

GRATUIT

**TOUS LES JEUDIS**

🕒 14h

*Jeux de cartes, de plateaux, de logique...*

📍 à l'AAB



## DANSE

160€ + adhésion à l'association

**LES JEUDIS**

🕒 à partir de 18h30

*Rock, latines, danses en ligne...*

📍 Salle des fêtes - BEAUFORT



## ATELIER CUISINE

6€ + adhésion à l'association

**MERCREDI 18 OCTOBRE 2023**

🕒 De 9h30 à 14h

*Venez préparer un repas et le partager tous ensemble, animé par Sylvie et Jacques.*

📍 Salle des fêtes - QUEIGE

*Covoiturage possible au départ de Beaufort*



## CAFÉ INFORMATIQUE *Avec Nicolas Richou, Conseiller Numérique*

GRATUIT

*Autour d'une formule petit-déjeuner, venez partager un moment convivial d'échanges et d'apprentissage autour de l'informatique.*

 *de 9h30 à 11h30 - Ouvert à tous - Tous niveaux*



### **VENDREDI 1<sup>er</sup> SEPTEMBRE :**

Internet : découvrez ce qui se cache derrière les mots « WiFi », « 5G », « ADSL », « Fibre », « Cookies » et venez réaliser vos recherches sur le web en toute sécurité.

### **VENDREDI 8 SEPTEMBRE :**

Le smartphone, la tablette et les applications : comment se servir de ces outils pour communiquer, se déplacer et faciliter son quotidien.

### **VENDREDI 15 SEPTEMBRE :**

Aujourd'hui, on organise. Triez et transférez vos documents et vos photos, apprenez à utiliser votre clé USB, votre disque dur et le cloud.



 **Boulangerie la chaumière - FLUMET**

Inscription au 04 79 31 80 04 ou à [vivrevaldarly@gmail.com](mailto:vivrevaldarly@gmail.com)

## AQUAGYM

**MARDI 5 SEPTEMBRE**  **13H45**

**Tarif : 5€ Val d'Arly  
15€ extérieur**

*Venez vous initier à l'aquagym et profiter de l'espace aquatique du Signal aux Saisies.*



 **LE SIGNAL - LES SAISIES**

Inscription avant le 30 Août auprès de VVA au 04.79.31.80.04

### ATELIER COUTURE



**Lundi** 🕒 13h45 à 16h15

*Initiation, découverte et petites confections.*

**Mardi** 🕒 8h45 à 11h15

*Confection de vêtements et accessoires à l'aide de patrons pour des couturières et couturiers expérimenté(e)s.*

📍 Maison de quartier du Champ de Mars

Tarifs en fonction du Q.F - Inscription au trimestre | Adhésion annuelle

### JARDINS PARTAGÉS



**Mardi et jeudi** 🕒 10h à 12h

*Participez à l'élaboration et l'entretien de deux jardins partagés, des semis à la récolte tout au long de l'année.*

📍 Maison de quartier du Champ de Mars

Accueil libre et gratuit | Adhésion annuelle

### ATELIER BRICO/DÉCO



**Mardi** 🕒 14h à 16h30 - *Sur inscription*

**> Les 26 septembre et 10 octobre**

*Confectionnez des objets de déco, venez tester vos talents, découvrez ou partagez des astuces de grand-mère.*

📍 Maison de quartier du Champ de Mars

Tarifs en fonction du Q.F | Adhésion annuelle

### ATELIER CUISINE



**Vendredi** 🕒 9h à 11h30 - *Sur inscription*

*Rencontre et échanges autour de la cuisine. Venez partager des recettes sucrées, salées et confectionner des plats à plusieurs mains.*

**> Le 22 septembre** « les champignons »

**> Le 6 octobre** « les pommes »

**> Le 20 octobre** « légumes pour les enfants »

📍 Maison de quartier du Champ de Mars

Tarifs en fonction du Q.F | Adhésion annuelle

### BALADE DU JEUDI

**Jeudi** 🕒 8h45 à 11h15 - *Sur inscription*

**> Les 21 septembre, 5 et 19 octobre**

*Découvrez Albertville et ses environs, au rythme de chacun.*

📍 Rdv au Centre socioculturel

Tarifs en fonction du Q.F | Adhésion annuelle

Renseignements et

inscriptions

auprès du Centre

socioculturel d'Albertville

2 rue Armand Aubry

☎ 04.79.89.26.30

accueil.csc@albertville.fr

### LE MARDI DU JARDIN

GRATUIT

🕒 20h00 à 22h00

**Conférence et questions/réponses au Centre Socioculturel et à la Maison du Cottaret**

*Soirées animées par Baptiste Langle, Permaculture*

Se retrouver autour d'un verre entre jardiniers et échanger ses expériences.

**Mardi 26 septembre : Perm'apéro**

📍 *au centre socioculturel*

**Mardi 20 juin : « Le sol : comprendre son fonctionnement »**

📍 *à la Maison du Cottaret*



### TROK'SAVOIRS

GRATUIT

**Échangeons nos savoirs**

Le Réseau d'Échanges Réciproques de Savoirs de l'Éclat de Vie, qu'est-ce que c'est ? C'est la possibilité d'apprendre et de transmettre des connaissances, des savoirs-faire... quel qu'ils soient ! Il n'y a pas de petits savoirs !

Je sais coudre, tu connais l'informatique... Rencontrons-nous !

**Journée de cohésion randonnée pour lancer la nouvelle année 2023 / 2024**

**Vendredi 15 septembre**

🕒 9h00 – 16h30

Renseignements et inscriptions auprès du Centre socioculturel Eclat de Vie d'Ugine au 04.79.89.89.70.29 / [centre-socioculturel@ugine.com](mailto:centre-socioculturel@ugine.com)



### LE VENDREDI DU BRICOLAGE

GRATUIT

**Avec les Bricol'heureux de l'Éclat de Vie « RÉPARONS ENSEMBLE »**

**Dernier vendredi de chaque mois**

🕒 16h30 – 19h

📍 **à l'Éclat de Vie et à la Maison du Cottaret**

Que faire d'une chaise au pied branlant ? D'un grille-pain qui ne marche plus ? D'un pull troué ? Les jeter ? Pas question ! On essaie de les remettre en état en apportant notre savoir-faire et partager votre savoir-faire.

**Permanences :**

**Vendredi 29 septembre** 📍 Maison du Cottaret (en face des bureaux SEM4V)

**Vendredi 27 octobre** 📍 Centre Socioculturel Éclat de Vie

# LES CENTRES SOCIOCULTURELS

## L'ÉCLAT DE VIE UGINE

### GRAINOTHÈQUE

#### ÉCHANGEONS NOS GRAINES À L'ÉCLAT DE VIE

Mise à la disposition de tous les jardiniers amateurs, aux heures d'ouverture.

- *Sur rendez-vous*

GRATUIT



### DE FIL EN AIGUILLE

#### Atelier couture

Les jeudis

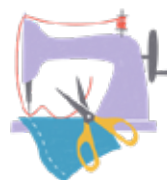
 de 9h à 11h

Les vendredis

 de 14h à 16h

 Centre Socioculturel Éclat de Vie

Tarifs en fonction du Q.F | Adhésion annuelle



### L'ATELIER CUISINE & PARTAGE

Soyez Chef d'un jour, où, tour à tour, vous partagerez votre savoir-faire culinaire dans une ambiance conviviale.

Les lundis

 de 13h45 à 15h45

 Salle Festive - UGINE

Tarifs en fonction du Q.F | Adhésion annuelle



Renseignements et inscriptions auprès du Centre socioculturel Eclat de Vie d'Ugine  
au 04.79.89.70.29  
[centre-socioculturel@ugine.com](mailto:centre-socioculturel@ugine.com)



**TRANS SERVICE ASSOCIATION ☎ 06 86 60 11 88**

**120 Chemin de l'Olivet - ALBERTVILLE**

**Lieux d'intervention** : territoire d'Albertville, Basse Tarentaise, Ugine (18 communes)

Transport et l'accompagnement des personnes âgées (plus de 75 ans et/ou) handicapées (sans notion d'âge). Les transports concernent tous les domaines : travail, école, santé, loisirs, visites, courses...

*Tarif : 7,50 € aller-retour*

*Pour les personnes en situation de handicap relevant de la MDPH (Maison Départementale des personnes Handicapées) : 1.40 € aller ou 2,80 € aller/retour, mais uniquement d'arrêt de bus à arrêt de bus existant.*



**COVOITURAGE ASSOCIATIF DU CANTON DE GRÉSY-SUR-ISÈRE**

**8, rue du bois de l'Île - FRONTENEX ☎ 06 16 05 23 34**

**Lieu d'intervention** : Communes de la H<sup>te</sup>-Combe de Savoie et Albertville

Accompagnement lors des transports pour des personnes à partir de 70 ans et plus, aux personnes handicapées, ainsi qu'aux personnes à mobilité réduite fragilisées du fait de leur âge ou de leur handicap.

*Participation forfaitaire suivant le trajet avec reçu justificatif comptable.*



**ASSOCIATION TRANS'BEAUFORTAIN ☎ 06 80 52 41 92**

**Bâtiment Le Confluent, rue du Confluent - 73270 BEAUFORT**

**Lieu d'intervention** : le Beaufortain + Agglomération d'Albertville.

Aide aux personnes à mobilité réduite durable ou temporaire en mettant à leur disposition des moyens humain et matériel.

**Des difficultés pour venir à l'AAB ? Votre trajet pour 1€ !**

**Réservation obligatoire** auprès de Trans'Beaufortain, **6 jours avant.**

Modalités renseignements auprès de l'AAB au 04 79 38 33 90.



## Pensez au Bus !

Toutes les infos sur le site d'Arlysière et sur [www.tra-mobilite.com](http://www.tra-mobilite.com)



Pour les transports urbains, des tarifications «éco» et «solidaire» sont proposées (sous conditions).

Plus d'infos sur [www.tra-mobilite.com](http://www.tra-mobilite.com) à la rubrique tarifs-titres.



Photo de couverture : Jardins Alpestres - Albertville ©Arlysière

## ADRESSES UTILES

### Résidence Autonomie «Les Gentianes»

111 avenue du Dr. Chavent  
73400 Ugine • **04 79 37 34 44**

### Résidence Autonomie «Les 4 Vallées»

221 chemin des 3 Poiriers  
73200 Albertville • **04 79 32 23 69**

### Association d'Animation du Beaufortain

36 rue du Confluent  
73720 Beaufort-sur-Doron • **04 79 38 33 90**

### Vivre en Val d'Arly

354 Avenue du Lac  
73590 Flumet • **04 79 31 80 04**

### Centre socioculturel d'Albertville

2 rue Aubry  
73200 Albertville • **04 79 89 26 30**

### Centre socioculturel d'Ugine

Eclat de vie  
12 Av. Ernest Perrier de la Bathie  
73400 Ugine • **04 79 89 70 29**

***Pour toute question sur le maintien à domicile, les établissements pour personnes âgées :***

### Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC)

45 avenue Jean Jaurès  
73200 Albertville  
• **04 79 89 57 03**  
**[clic-albertville@savoie.fr](mailto:clic-albertville@savoie.fr)**

→ *Permanence CLIC sur rdv un jeudi sur deux de 10h à 12h au Hall 3*

### CIAS Arlysière

2 avenue des Chasseurs Alpins  
73200 Albertville • **04 79 10 48 48**  
**[www.arlysiere.fr](http://www.arlysiere.fr)**

Conception Arlysière- Juillet 2023

©Depositphotos, ©Arlysière

IPNS- Ne pas jeter sur la voie publique

Action soutenue par l'Union Européenne au titre du PC Interreg V France – Italie et du Fonds Européen de Développement Régional – FEDER dans le cadre du projet simple SocialLab issu du PITER GRAIES LAB

