

**AUDITION CORNUAU** **AUDITION CONSEIL**

“ Parce que votre audition est unique, nous nous engageons pour vous aider à maintenir le lien avec vos proches et votre entourage, grâce à une meilleure audition ”

Isabelle Cornuau  
Audioprothésiste D.E.  
Spécialiste de l'audition

Nos engagements auprès des patients

- Fournir un service de qualité au prix juste
- Un large choix d'appareils auditifs
- Garantie 5 ans
- Prise en charge des acouphènes

ouvert 6j/7

<b>ORLÉANS</b> 4 rue du Tabour 45000 ORLÉANS 02 38 62 96 00	<b>OLIVET</b> 314 rue Marcel Belot 45160 OLIVET 02 38 63 64 10	<b>CHÂTEAUNEUF-SUR-LOIRE</b> 16 Grande Rue 45110 CHÂTEAUNEUF-SUR-LOIRE 02 38 58 97 56	<b>LA FERTÉ SAINT-AUBIN</b> 41 rue du Général Leclerc 45240 LA FERTÉ SAINT-AUBIN 02 38 47 52 43
--	---	--	--

www.audition-cornuau.fr contact@audition-cornuau.fr

# NOS rendez-vous

## PROGRAMME / SORTIES

AVRIL À JUIN 2024

RETRAITE ACTIVE ET SEREINE À ORLÉANS



**CHÂTEAU DE FONTAINEBLEAU**  
MER 05/06



## PRÉSENTATION DU VOYAGE « LES LACS ITALIENS »

MER 17 AVRIL - 14H30 À LA VIE DEVANT SOI

# Rencontre Conférence

3 € par séance ou abonnement 30€ par an  
Rendez-vous : 14h30  
37 bis, Quai de Prague

**LES FLANDRES**  
VEN 12/04



**LA TOSCANE**  
VEN 14/06

Jean-Claude Berthomier vous fait revivre ses voyages en photos dans les Flandres et pour la seconde séance, vous partirez en Toscane.

**LA SICILE**  
VEN 17/05



Marie-Françoise Brignon vous commentera en photos les villes Siciliennes en passant par Syracuse, Taormine, Messine...

**LA MEUSE PART 2**  
VEN 19/04



Avec les photos de Michel Fousset, continuez votre voyage dans la Meuse du côté de Verdun et ses champs de batailles, Montmédy, Bar-le-Duc...

**PETITS MENSONGES DE L'HISTOIRE DE FRANCE**  
VEN 07/06



Avec Didier Paillet, venez découvrir, en vous amusant, quelques mensonges qui jalonnent l'histoire de France...

**HISTOIRE DE LA FRAISE**  
VEN 30/04



La fraise... Mais de quelle fraise parle-t-on ? De la fraise du costume du XVI<sup>e</sup> siècle, de la fraise de veau ou de ce petit fruit qui n'en est pas un ? ...

**Lire TOUS LES JOURS**



De nombreux ouvrages sont mis à votre disposition : roman, policier, histoire, aventure, nature, biographie, loisirs, poésie...

Accès libre - 37 bis, Quai de Prague

## édito

**SORTONS DE L'HIVER ET DE SES PROFONDEURS ÉNERGÉTIQUES!**

Le printemps est la renaissance, celle de la nature, de la terre en général, l'énergie jaillit et s'exprime à l'extérieur, il est synonyme de lumière, chaleur, action, vie... La nature s'illumine de différentes couleurs et s'apprête à sortir son grand spectacle. Ce programme est une invitation à éveiller une énergie positive et dynamisante pour le plaisir de tous.

Découvrez ! Sortez ! Partagez ! Riez ! Mais surtout, faites-vous plaisir !



Chaleureusement Avec toutes mes amitiés

**Véronique MARTINS,**  
Directrice

**AGENDA : FERMÉ VEN 10/05**

**LA VIE DEVANT SOI**  
Accueil du lundi au vendredi : 9h à 12h - 14h à 17h30  
37 Bis Quai de Prague  
45100 Orléans  
TÉL : 02 38 73 56 72  
Email : contact@laviedevantsoi.fr  
www.laviedevantsoi.fr  
Tram A arrêt Tourelles Dauphine  
Ligne Bus 1, 5, 16



S'inscrire



**PRÉSENTATION DU VOYAGE « LES LACS ITALIENS »**  
MER 17/04

Le Nord de l'Italie déploie des paysages romantiques qui ont inspiré de nombreux peintres et écrivains. La région des majestueux lacs italiens bordés de jolis villages, leurs rives alternent entre stations balnéaires, jardins luxuriants, villas aristocratiques et palais au charme d'antan. Au programme : le Lac Majeur et les îles Borromées, l'emblématique Lac de Côme, sans oublier l'imposant Lac de Garde ...  
**RDV 14h30 - La Vie Devant Soi 37 Bis Quai de Prague**

**CAFÉ PARTAGÉ SENIOR**



VEN 26/04 - 31/05 - 28/06

Une fois par mois, venez passer un moment agréable autour de conversations variées.

**RDV 15h - Le Martroi**  
12 Place du Martroi  
Sans inscription - Consommation à votre charge



# Sortir

## Présentation du programme **VEN 05/04**

Présentation de votre programme trimestriel, un moment privilégié pour une rencontre autour de vos prochaines sorties.

Rencontre - Gratuit 14h30  
37 bis, Quai de Prague



## Domaine de Limère

Ardon

**LUN 15/04**

Le printemps arrive avec ses jacinthes à découvrir en marchant avec Jean-Claude Berthomier. Vous terminerez cette balade par un déjeuner.

Sortie Marche - 25 € - 7 Km  
RDV 9h  
Bus ligne 40 arrêt Halmagrand



## Sens

Yonne

**JEU 27/06**

Après le déjeuner, visite guidée de la cathédrale Saint-Étienne. Elle est un des premiers grands édifices de l'architecture gothique et est alors l'unique cathédrale gothique en France et dans le monde. Puis une promenade guidée dans le centre historique de Sens, un concentré d'histoire. Au fil des rues et des places, vos pas vous mèneront à la découverte d'une multitude de lieux et de monuments remarquables.

Sortie Journée - 115 € - minimum 20 personnes  
RDV par courrier

## Le Vélo l'affaire de Tous

Orléans

**MER 24/04**

Vous manquez de confiance pour une reprise du guidon et vous souhaitez reprendre le vélo ou aider vos petits enfants à acquérir de l'aisance. N'hésitez pas à vous inscrire à cet atelier de la prévention routière.

Sortie Orléans - Gratuit  
RDV 14h30 - 37 bis quai de Prague



## Escapade Gourmande

Loiret

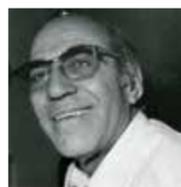
**MAR 07/05**

Visite commentée du Chai de Mareau-aux-Prés, puis vous continuerez par une visite guidée d'un élevage de chèvre. Dégustations de produits locaux.

Sortie 1/2 Journée - 51 €  
RDV par courrier

## Rencontres littéraires

3 € par séance - 14h30  
37 bis, Quai de Prague



## Emmanuel Roblès

**JEU 13/06**

Emmanuel Roblès, ami d'Albert Camus, a écrit de nombreux romans, nouvelles et pièces de théâtre. Membre de l'Académie Goncourt.

## Correspondances amoureuses !

**JEU 20/06**

Venez découvrir avec Reine Garcia les lettres amoureuses des grands écrivains (Balzac, Flaubert, Zola, Apollinaire ou Eluard).



## Déjeuner-Croisière

Yonne

**MER 15/05**

Embarquez pour un déjeuner-croisière commenté sur le canal du Nivernais. Vous naviguerez au rythme de l'eau et des paysages qui défileront en passant 6 à 8 écluses. Vous continuerez l'après-midi par la visite libre de l'Abbaye Saint-Germain d'Auxerre dont la crypte est un exemple d'architecture carolingienne.

Sortie Journée - 125 €  
RDV par courrier

## Inscriptions & Adhésions

### ADHÉSIONS 2023/2024

37 € (22€/pers non imposable)  
60 € couple (40 € couple non imposable)  
**ORLEANS & EXTÉRIEURS**

### NE RÉSERVEZ PLUS A LA DERNIÈRE MINUTE !

Il est important de vous inscrire à réception du programme. Merci

**VOTRE ADHÉSION OFFERTE POUR UN NOUVEL ADHÉRENT INSCRIT**



## Combleux - Chécy

Loiret

**JEU 16/05**

Vous vous baladerez sur les bords de Loire en compagnie de Jean-Claude Berthomier. Vous terminerez cette matinée par un déjeuner.

Sortie Marche - 25 € - 7 Km  
RDV 9h Tram B arrêt De Gaulle

## Montigny le Gannelon Grottes du Foulon

Eure et Loir

**MAR 28/05**

Visites guidées des grottes, une invitation à un voyage dans le temps. Après le déjeuner, direction pour ce superbe château Renaissance, mêlant l'histoire de France et l'histoire de deux des plus vieilles familles françaises.

Sortie journée - 109 €  
RDV par courrier



## Château de Fontainebleau

Seine-et-Marne

**MER 05/06**

Déjeuner sur le domaine, puis visite guidée du château. Il est l'un des plus grands palais de France, un joyau de l'art et du patrimoine français. Fontainebleau est le seul château royal et impérial habité continuellement pendant sept siècles. C'est aussi le plus meublé des châteaux en France.

Sortie Journée - 120 € - minimum 20 personnes  
RDV par courrier



## Jardin de Roquelin

Loiret

**MAR 11/06**

Visite guidée du jardin, une symphonie de couleurs et de parfums dans un hectare de beauté. Il présente une multitude de rosiers mélangés à des vivaces et des arbustes, avec une combinaison de variétés modernes et anciennes.

Sortie 1/2 Journée - 55 €  
RDV par courrier



## Les plantes et la santé

Essonne

**MER 19/06**

Après le déjeuner, balade gourmande du « Conservatoire des plantes » et visite audio guidée de l'espace muséographique. Une dégustation clôturera la journée.

Sortie journée - 85 €  
RDV par courrier

## Bien-être Nos ateliers

Préserver votre capital jeunesse par l'activité physique, une bonne hygiène de vie, l'harmonie du corps et de l'esprit.

- GYM BIEN-ÊTRE** : Lundi 14h15 - atelier hebdo 1h
- GYM DOUCE** : Vendredi 10h - atelier hebdo 1h
- GYM TRÈS DOUCE** : Mardi 11h - atelier hebdo 1h
- GYM DOUCE ÉNERGÉTIQUE** : Mardi 14h15 - atelier hebdo 1h
- SOPHROLOGIE - MÉDITATION** : Lundi 10h - atelier hebdo 1h
- YOGA & RESPIRATION** : Jeudi 10h45 - atelier hebdo 1h
- YOGA SENIORS** : Mardi 9h30 - atelier hebdo 1h
- PILATES** : Lundi 11h15 - atelier hebdo 1h
- SELF DÉFENSE SENIORS** : Mercredi 10h - atelier hebdo 1h30
- LA VIDA DANZA** : Lundi 15h30 - atelier hebdo 1h

## Loisirs et création

Donner libre court à votre créativité en pratiquant une activité artistique, ludique ou de loisirs.

- ORIGAMI** : Jeudi 14h30 - atelier mensuel 2h
- JEUX DE MÉMOIRE** : Lundi 14h - atelier hebdo 1h30
- ATELIER LIBRE TOUTES CRÉATIONS** : Lundi 14h30 - atelier hebdo - 2h
- CHORALE** : Mardi 15h - atelier hebdo 2h (Salle des Chats Ferrés)
- ECHECS** : Mercredi 9h - atelier hebdo 3h
- SCRABBLE** : Mardi 14h30 - atelier hebdo 2h
- MANDALA** : Mercredi 14h30 - atelier Hebdo 2h

## Culture et art de vivre

Savouer les plaisirs de la vie, découvrir de précieux savoir-faire, rencontrer d'autres cultures.

- AUTOUR DU LIVRE** : Mercredi 14h30 - atelier mensuel 2h
- LET'S SPEAK ENGLISH** : Lundi 10h ou Jeudi 10h15 ou Vendredi 11h30 - atelier hebdo 1h
- « LE SOUFFLE ET LA PLUME » ATELIER D'ÉCRITURE** : Jeudi 14h30 - atelier bi-mensuel 2h
- CONVERSATION ESPAGNOLE** : Mercredi 14h - atelier hebdo 2h

## Nouvelles technologies

Utiliser les nouvelles technologies pour vous informer, vous divertir et communiquer

- INFORMATIQUE - INTERNET - TABLETTE TACTILE...** Sur RDV - Nous consulter