

# L'HEBDO

Votre programme  
d'animations et d'évènements

Du 13/05/24 au 26/05/24

## Lundi 13/05/24

### Albertville

> Conférence : le plan de relance national et le plan de relance européen

🕒 18h30 📍 Salle Seurat - Lycée Jean Moulin

€ Entrée libre.

Par Martine Berthet, Sénatrice de la Savoie, Membre du Comité de Surveillance du Plan de Relance National et La Maison de l'Europe d'Albertville et de la Savoie.

📞 06 83 33 92 29

<http://mdealbertville.fr/>



## Mardi 14/05/24

### Albertville

> Atelier Brico/Déco

🕒 14h-16h30 📍 Maison de quartier du Champs de Mars  
Sur inscription au centre socioculturel, 2 rue Armand Aubry Tarifs : En fonction du quotient familial. Forfait de 5 séances : Albertvillois de 5,40€ à 12,80€, Extérieurs de 16,20€ à 38,40€

Confectionnez des objets de déco, venez tester vos talents, découvrez ou partagez des astuces et recettes de grand-mères...

📞 04 79 89 26 30

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

> Rencontre avec deux restauratrices

🕒 18h30 📍 Rdv à la salle de la Municipalité de l'Hôtel de Ville

€ Plein tarif : 5 € - Tarif réduit : 3 €

Avec Gaëlle Giralt et Sabrina Vétillard, restauratrices. Depuis octobre dernier, le monument aux morts des guerres 14-18 et 39-45 montre son nouveau visage. Découvrez le travail réalisé et échangez avec les deux professionnelles.

📞 04 79 37 86 85



## Mercredi 15/05/24

### Albertville

> Yoga au Musée

🕒 9h-10h30 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

€ Tarif unique : 8 €

Tentez l'expérience inédite d'une séance de relaxation au musée. Associez pratique du yoga et découverte des collections en poursuivant votre séance par une visite flash : le pied reliquaire de Saint-Grat.

Nombre de places limité. Sur inscription au 04 79 37 86 85 ou par courriel à [reservations.patrimoine@albertville.fr](mailto:reservations.patrimoine@albertville.fr)

📞 04 79 37 86 85



> Le bus de l'orientation et bus de l'industrie

🕒 9h-16h30 📍 Place du Commandant Bulle

€ Gratuit.

Journée d'information à destination des jeunes.

📞 04 79 31 19 19

[www.mlj-tarentaise.com](http://www.mlj-tarentaise.com)

> Forum formation et orientation

🕒 9h-16h30 📍 Mission Locale Jeunes

€ Entrée libre.

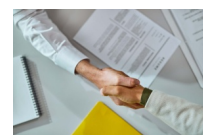
Organisée par la Mission locale jeunes.

📞 04 79 31 19 19

> Cuisine en famille

🕒 9h30-11h30 📍 Maison de quartier du Champs de Mars

Sur inscription au centre socioculturel, 2 rue Armand Aubry Tarifs : En fonction du quotient familial. Forfait de



5 séances : Albertvillois de 5,40€ à 12,80€, Extérieurs de 16,20€ à 38,40€ 👤 Jusqu'à ans

*Atelier Parents/Enfants : Venez partager un moment d'échange et convivial avec vos enfants autour de la cuisine et repartez avec vos préparations à déguster en famille.*

☎ 04 79 89 26 30  
[www.albertville.fr](http://www.albertville.fr)

### > Atelier Enfants/Parents

🕒 10h-11h30 📍 Lieu : LAEP – Local de la Roseraie

🕒 Gratuit avec l'adhésion annuelle au centre socioculturel 👤 Jusqu'à ans

*Barbouille et patouille – ateliers créatifs pour les moins de 5 ans, découverte des 5 sens, éveil et motricité.*

☎ 04 79 89 26 30  
[www.albertville.fr](http://www.albertville.fr)

### > Graines d'histoires en famille

🕒 10h30 📍 Médiathèque

🕒 Gratuit. 👤 Jusqu'à ans

*Histoires racontées pour le plaisir des petites et grandes oreilles. Public familial.*

☎ 04 79 10 44 74

<http://mediatheques.arlyserre.fr/>

### > Atelier rustine

🕒 14h-17h30 📍 Au Val des Roses (Rue des Trois-Tours, City Stade)

🕒 Gratuit.

*Atelier d'aide à la réparation de vélo.*

*La rustine met à votre disposition des outils, des pièces détachées (neuves ou d'occasion à prix coûtant) et vous donne des conseils sur la mécanique vélo.*

*Nous nous réservons le droit d'annuler ou d'adapter les ateliers selon les conditions sanitaires ou en cas de forte pluie.*

☎ 06 95 03 68 98

## Ugine

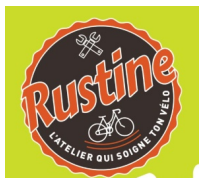
### > Atelier cuisine en famille

🕒 9h30-11h 📍 espace jeunesse

Tarif au trimestre uginois de 0.80€ à 2€ /Extérieurs de 2€ à 3.20€

*Bien plus que de la cuisine, partagez un moment convivial avec votre enfant autour de recettes ludiques et adaptées .*

☎ 04 79 89 70 29  
[www.ugine.com](http://www.ugine.com)



## Du 15/05 au 31/07/24

### Albertville

> Exposition : 1824-2024. Une pierre, des digues... toute une histoire !

📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

*1824. Le roi Charles-Félix pose la première pierre de l'endiguement de l'Isère, donnant le coup d'envoi d'un chantier colossal. 200 ans plus tard, le Musée d'art et d'histoire reprend le thème de l'endiguement pour sa nouvelle exposition.*

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



## Du 15/05 au 30/09/24

### Marthod

> Canyoning avec Odyssée Canyon

📍 2366 Route des hameaux

Tarif unique : de 50 à 75 € (Suivant le canyon.) 👤 À partir de 8 ans

*Canyoning avec Odyssée canyon, diplômé d'état et spécialisé canyoning. Basé à Marthod Odyssée Canyon propose des sorties canyoning tous les jours en Savoie et Haute-Savoie du côté d'Annecy et Albertville. Canyon découverte ou sportif. English Spoken. Réservation par téléphone ou par mail.*

☎ 06.30.68.27.62

[www.odyssee-canyon.com](http://www.odyssee-canyon.com)



©Odyssée Canyon

## Jeudi 16/05/24

### Albertville

> Balade du jeudi

🕒 8h45-11h45 📍 Rdv au centre socioculturel

Tarifs : En fonction du quotient familial. Forfait de 5 séances : Albertvillois de 5,40€ à 12,80€, Extérieurs de 16,20€ à 38,40€

*Découvrez Albertville et ses environs, au rythme de chacun. Prévoir de bonnes chaussures, une bouteille d'eau et une tenue adaptée à la météo.*

☎ 04 79 89 26 30

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

> Journée des fiscalistes

🕒 9h-12h 📍 Salle du Val des Roses

🆓 Gratuit.

*Une équipe d'avocats fiscalistes vous conseillent gratuitement.*

☎ 04 79 10 43 00



> Concert : vent de tlön

🕒 20h 📍 Le Dôme Théâtre

🎫 Plein tarif : 31 € - Tarif réduit : 14 €

👤 À partir de 10 ans

*Ce programme porté par une trentaine de jeunes musicien.nes promet de remarquables découvertes musicales !*

☎ 04 79 10 44 80

[www.dometheatre.com](http://www.dometheatre.com)



Ugine

> Atelier cuisine du monde

🕒 14h-16h 📍 Cuisine de la Salle Festive

🎫 Plein tarif : 1.3 / 2.2 € - Tarif réduit : 0.5 / 1.3 €

*Alina vous fera découvrir une recette de Roumanie.*

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

Vendredi 17/05/24

Albertville

> Atelier cuisine

🕒 9h-11h30 📍 Maison de quartier du Champs de Mars

Tarifs : En fonction du quotient familial. Forfait de 5 séances : Albertvillois de 5,40€ à 12,80€, Extérieurs de 16,20€ à 38,40€

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

☎ 04 79 89 26 30

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

> Cycle massage bébé

🕒 10h-10h45 📍 Lieu : LAEP – Local de la Roseraie

🎫 Plein tarif : 4.9 / 14.6 € - Tarif réduit : 3.3 / 9.8 €

👤 Jusqu'à ans

*Les bienfaits du massage sont reconnus. Dès la naissance, vous pouvez masser votre bébé pour communiquer avec lui, le sécuriser, l'apaiser et développer ses facultés motrices.*

☎ 04 79 89 26 30

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

Du 17 au 19/05/24

Albertville

> Concours canin

📍 Chemin du Chiriac

*Organisé par l'Association canine albertvilloise.*

☎ 04 79 37 86 78

Samedi 18/05/24

Albertville

> Vente de vélos d'occasion

🕒 9h-16h 📍 21 rue des Fleurs

🆓 Gratuit.

*Organisé par l'association Roue Libre.*

☎ 09 84 45 43 15

[www.rouelibre.net](http://www.rouelibre.net)

> Braderie de printemps du secours populaire

🕒 9h-17h 📍 Salle de la Pierre du Roy

🆓 Gratuit.

*Le secours populaire organise sa braderie de printemps, vous trouverez, des vêtements, des livres, de l'électroménager et bien d'autres choses !*

☎ 04 79 31 20 60

> Club juniors

🕒 10h 📍 Médiathèque

🎫 Entrée libre. 👤 De 9 à 11 ans

*Les juniors ont aussi leurs mots à lire ! Si tu as entre 9 et 11 ans, viens échanger autour de tes livres préférés avec Pauline, Claire et Nathalie.*

☎ 04 79 10 44 74

<http://mediatheques.arlyser.fr/>

> Nuit des Musées : Le Musée d'art et d'histoire

🕒 18h30-23h 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

🆓 Entrée et animations gratuites

*Entrée au musée et animations gratuites. De 19h à 21h30 Médiations flash : venez découvrir la nouvelle exposition 1824- 2024. Une pierre, des digues... Toute une histoire ! Durée : 10 – 15 minutes.*

☎ 04 79 37 86 86





## Gilly-sur-Isère

### > Entre les lignes

🕒 10h30 📍 Bibliothèque de l'Atrium

🎫 Entrée libre.

Venez partager vos coups de coeur et vos déceptions, découvrir de nouveaux livres, films, musiques. Nous vous attendons avec impatience pour des échanges passionnés.

☎ 04 79 38 01 53



### > Spectacle chanté : Chansons sans vernis

🕒 20h 📍 L'Atrium

🎫 Plein tarif : 14 € - Tarif réduit : 10 €

Accordéon et voix de Jocelyne Tournier et Claude Gomez. Denis Faure en régie. Humour et autodérision seront au rendez-vous de ce spectacle où le rire se mêlera parfois aux larmes.

☎ 06 11 11 91 68



## Marthod

### > Festival Sagesses du Monde au Fort de Lestal

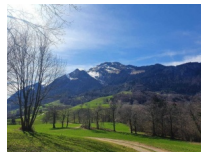
🕒 9h 📍 Fort de Lestal

🎫 Participation libre.

Au programme différents ateliers : apprendre la forêt, la balade et la cueillette de plantes sauvages, la cuisine et la dégustation de Tartinades, en apéro, une initiation de reconnaissance botanique des plantes comestibles et médicinales.

☎ 06 28 06 07 56

<https://ecolieu-art-terre.fr/>



## Ugine

### > Nuit européenne des Musées : Le Musée du Crestcherel

🕒 15h-23h 📍 Musée du Patrimoine Rural

🎫 Entrée libre.

Exposition de voitures de collection et défilé, démonstrations de sculpture sur bois à l'opinel. Le duo de Violoneux « Balancez vos âmes ! » jouera dans le musée en itinérance pour le plaisir des visiteurs et produira 2 mini concerts à 20h30 et à 22h.

☎ 07.71.08.92.83



## Dimanche 19/05/24

### Marthod

#### > Festival Sagesses du Monde au Fort de Lestal

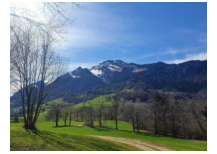
🕒 9h 📍 Fort de Lestal

🎫 Participation libre.

Au programme différents ateliers : apprendre la forêt, la balade et la cueillette de plantes sauvages, la cuisine et la dégustation de Tartinades, en apéro, une initiation de reconnaissance botanique des plantes comestibles et médicinales.

☎ 06 28 06 07 56

<https://ecolieu-art-terre.fr/>



### Notre-Dame-des-Millières

#### > Grand Prix cycliste de la municipalité de Notre-Dame-des-millières

🕒 10h30-19h 📍 Devant la mairie

Tarif unique : 9 €.

Le club Olympique Cyclisme d'Albertville organise conformément au règlement de la FSGT 73/74 le Grand Prix Cycliste de Notre Dame des Millières.

<https://eventicom.fr>



#### > Troc de plants et concert

🕒 16h30 📍 175 route du plan du Carroz

Troc de plants accompagné d'une visite de jardins commentée, suivie à 18h30 d'un repas partagé et d'un concert de rock réalisé par le groupe "Les Garçons Faciles".

☎ 06 76 71 60 09

[www.environnement-et-partage.fr](http://www.environnement-et-partage.fr)



## Mardi 21/05/24

### Albertville

#### > Ciné bout'chou : le carnaval de la petite taupe

🕒 9h 📍 LE DÔME Cinéma

🎫 Tarif unique : 3.7 €

La joyeuse petite taupe revient dans des épisodes inédits au cinéma. Sa curiosité et sa malice l'entraînent une nouvelle fois dans des aventures burlesques et attendrissantes qui feront le bonheur des plus petits spectateurs !

[www.amis-du-cinema.com](http://www.amis-du-cinema.com)

> Rencontre-voyage à vélo

🕒 18h30 📍 Médiathèque

🆓 Gratuit.

Rémi Vallin créateur du site  
Cylcofamily, raconte son voyage d'un  
an à vélo en famille, en Europe et en Asie.

☎ 04 79 10 44 70

<http://mediatheques.arlyserre.fr/>



> Conférence : citoyenneté des  
jeunes - citoyenneté des plus âgés  
à la veille des élections  
européennes

🕒 18h30 📍 Maison Communale du  
Parc

🆓 Entrée libre.

Proposée par la Maison de L'Europe d'Albertville et de  
la Savoie. Animée par Pierre Brechon, Professeur émérite  
Science Po Grenoble.

<http://mdealbertville.fr/>



Ugine

> Le mardi du jardin : soirée Perm'apéro

📍 Centre socioculturel Eclat de Vie

🆓 Gratuit.

Les soirées Perm'apéro, échanges dans un moment  
convivial.

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

Du 21 au 30/05/24

Ugine

> Exposition : la communication non violente

📍 Centre socioculturel Eclat de Vie

🆓 Gratuit.

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

Du 21/05 au 1/06/24

Albertville

> Printemps des marmots

🆓 Gratuit. Sur inscription 🧑 De 18  
mois à 3 ans

Thème de cette nouvelle édition : la  
nature. Cette manifestation s'adresse  
aux parents de jeunes enfants et offre  
la possibilité de découvrir des actions culturelles et des  
activités d'éveil adaptées aux enfants de 0 à 6 ans sur  
le territoire d'Arlyserre.

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



Du 21/05 au 7/06/24

Albertville

> Exposition sur le parlement européen

📍 Hall de l'Hôtel de Ville

🆓 Entrée libre.

Dans le cadre du joli mois de mai, organisé par la Maison  
de l'Europe d'Albertville et de la Savoie.

Mercredi 22/05/24

Albertville

> Krazy Kid à Kabane

🕒 11h 📍 K Park's

Entrée -90cm : 8€ Entrée +90cm : 11€

🧑 De 0 à 10 ans

Viens participer à un jeu XXL avec tes  
copains à Kabane ! snack ouvert si vous voulez profiter  
de Kabane l'après-midi.

☎ 04 79 89 41 32

<https://kpark.fr>



> Atelier cuisine en famille

🕒 14h-16h 📍 LAEP - Local de la Roseraie

🆓 Gratuit. Sur inscription

Venez confectionner du pain d'épices que nous  
proposerons à la dégustation le vendredi 24 mai lors du  
spectacle "Gretel, Hansel et les autres." - Dôme théâtre.

☎ 04 79 89 26 30

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

## Grignon

### > Spectacle : Bruit de petits pas

🕒 14h 📍 Salle polyvalente

🆓 Gratuit. 👤 À partir de 8 ans

« Bruit de petit pas » par la compagnie OCTOPUS aborde la thématique d'Alzheimer par un jeu clownesque et poétique.



☎ 04.79.37.44.96.

## Tournon

### > Visite d'une unité de méthanisation

🕒 14h

🆓 Gratuit.

Dans le cadre du « Pacte vert ». Visite d'une unité de méthanisation, visite de la ferme « l'auberge des vaches » sur réservation auprès de la MDEAS, [contact@mdealbertville.fr](mailto:contact@mdealbertville.fr).

☎ 06 83 33 92 29

## Ugine

### > Tous à vélo

🕒 14h-18h 📍 Parc des Berges de la Chaise

🆓 Gratuit.

Apprentissage de la draisienne, vocabulaire du vélo, challenge kilométrique à confirmer, vélo musical, vélo smoothie, marquage vélo, atelier réparation.

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

### > Atelier réparation vélo

🕒 14h-18h 📍 Parc des Berges de la Chaise

🆓 Gratuit.

Les Bricol'heureux de l'Éclat de Vie et l'Agence Écomobilité mettront à votre disposition des outils pour réparer votre vélo et vous donneront des conseils sur la mécanique vélo.

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

## Jeudi 23/05/24

### Albertville

#### > Balade du jeudi

🕒 8h45-11h45 📍 Rdv au centre socioculturel

Tarifs : En fonction du quotient familial. Forfait de 5 séances : Albertvillois de 5,40€ à 12,80€, Extérieurs de 16,20€ à 38,40€

Découvrez Albertville et ses environs, au rythme de chacun. Prévoir de bonnes chaussures, une bouteille d'eau et une tenue adaptée à la météo.

☎ 04 79 89 26 30

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

## Du 23 au 26/05/24

### Verrens-Arvey

#### > Retraite – Nouveau Souffle

📍 Gîte les Sources d'Arvey

🆓 Tarifs non communiqués.

Une retraite animée par Christopher, professeur de yoga Pranayama & spécialiste SOMA Breath et Roxanne, professeur de yoga masseuse, et danseuse, avec sur les sentiers, Pierre-Marie Burgat, psychologue et coach de vie.

☎ 07 83 42 95 45

<https://findingspace.fr/fr>

## Vendredi 24/05/24

### Albertville

#### > Dîner musical

🕒 19h30 📍 Restaurant l'Art Lie

🆓

Animation musicale avec Marino. (piano bar).

☎ 04 79 32 79 06

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



#### > Théâtre : Gretel, Hansel et les autres

🕒 20h 📍 Le Dôme Théâtre

🆓 Plein tarif : 27 € - Tarif réduit : 8 €

👤 À partir de 7 ans

Un couple se plie au rituel de la lecture d'une histoire, avant le dîner. Les enfants réclament l'un des plus célèbres contes des frères Grimm, dont le metteur en scène Igor Mendjisky propose ici une version qui met l'accent sur l'héroïne, Gretel.

☎ 04 79 10 44 80

[www.dometheatre.com](http://www.dometheatre.com)



## Sainte-Hélène-sur-Isère

> Le sens des Alpes : visite du lieu de production d'huiles essentielles

🕒 18h-19h30 📍 Les Sens des Alpes

🆓 Gratuit.

Venez découvrir le lieu de production des huiles essentielles de sapin et d'épicéa, et de tous produits. Comment fait-on pour distiller ces résineux ? Comment utiliser ces produits et pour quels bienfaits ?

📞 0650015775

<https://lessensdesalpes.fr/contacter/>

## Ugine

> Rencontres artistiques - 10e édition

📍 Espace culturel - Place Montmain

🆓 Gratuit.

19 expositions d'artistes.

Démonstrations artistiques, ateliers créatifs, musique et danses, projection cinéma, conférence, microfolie.

📞 04 79 37 31 81

<http://fat-ugine.com>



## Du 24/05 au 2/06/24

### Albertville

> Semaine de la parentalité : le répit parental

📍 A déterminer

Thème : le répit parental

📞 04 79 89 26 30

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

## Samedi 25/05/24

### Albertville

> Sortie en famille du samedi : les Grandes Médiévales d'Andilly

🕒 8h15 📍 Départ : maison de quartier du Champ de Mars

Nombre de places limité. Adhésion obligatoire Tarifs selon QF : Albertvillois : de 7 € à 21,10 € Extérieurs : 10,60 € à 31,10 €

📞 04 79 89 26 30

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

> Festival des jardins alpestres

🕒 10h-18h 📍 Esplanade - Avenue des chasseurs alpins

🆓 Gratuit.

Le samedi 25 mai, ce sera la 6ème édition du festival des jardins alpestres. Avec pour thème « L'arbre et la plume : le jardin se la raCONTE », les projets ont donné le meilleur d'eux-mêmes et de leurs histoires pour éblouir petits et grands.

📞 04 79 10 45 12

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



> Vernissage musical des enfants de la Chouette

🕒 17h 📍 Galerie de la Chouette

🆓 Gratuit.

📞 06 33 32 34 03

> Festival de la chanson italienne

🕒 20h30 📍 Salle de la Pierre du Roy

🎫 Adulte : 30 € - Enfant : 15 €

Organisé par les Amis de la Dolce Vita. Réservation obligatoire.

📞 06 87 61 92 09



## Gilly-sur-Isère

> Concert de musique classique

🕒 20h 📍 L'Atrium

🎫 Plein tarif : 15 € - Tarif réduit : 10 €

Concert chœur, soliste et piano. Au programme: des oeuvres de Franz Schubert. Billets vendus à l'entrée du concert

📞 06 71 79 00 99



## Ugine

> Cuisine du monde : Découverte de la cuisine du Niger

🕒 9h30-11h30 📍 Espace Jeunesse

🎫 Plein tarif : 1.3 / 2.2 € - Tarif réduit : 0.5 / 1.3 €

Ibrahim vous fait découvrir le Souroundou, plat à base de poulet et de riz.

📞 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)



> Rencontres artistiques - 10e édition

📍 Espace culturel - Place Montmain

🆓 Gratuit.

19 expositions d'artistes.

Démonstrations artistiques, ateliers créatifs, musique et danses, projection cinéma, conférence, microfolie.

☎ 04 79 37 31 81

<http://fat-ugine.com>



Du 25/05 au 5/10/24

Albertville

> Festival des jardins alpestres

📍 Esplanade - Avenue des chasseurs alpins

🆓 Gratuit.

Création de jardins éphémères.

Thème : " L'arbre et la plume": le jardin se la raCONTE ».

☎ 04 79 10 45 12

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



© Ville d'Albertville

Dimanche 26/05/24

Albertville

> Vide greniers

🕒 6h-18h 📍 Parc Olympique Henry Dujol

Organisé par western music rodeo association.

☎ 06 09 75 85 44

> Visite guidée : Le fort du Mont

🕒 10h30-12h30 📍 Le Fort du Mont

🎫 Plein tarif : 6 € - Tarif réduit : 3 €

Prenez de la hauteur et découvrez le fort du Mont, point culminant de la place forte d'Albertville déployée à la fin du XIXe siècle et bénéficiant d'un rôle stratégique majeur entre Tarentaise et Beaufortain.

Sur inscription jusqu'à 16h la veille de l'animation au 04 79 37 86 85 ou à [reservations.patrimoine@albertville.fr](mailto:reservations.patrimoine@albertville.fr) en indiquant pour chaque participant les noms, prénoms et un numéro de téléphone. Visite assurée à partir de 2 personnes et limitée à 18 personnes.

☎ 04 79 37 86 85

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



> Fête de l'estampe

🕒 10h30-12h30 - 16h30 à 18h 📍 L'Atelier

> Découverte en famille : C'est Fort'midable !

🕒 14h30-16h 📍 Rendez-vous devant l'entrée du fort

🎫 Plein tarif : 5 € 👶 À partir de 7 ans

En famille, explorez le fort du Mont, édifice défensif construit à la fin du XIXe siècle. Jeux et défis seront au rendez-vous pour vous challenger et vous amuser !

Sur inscription. Animation assurée à partir de 2 familles. Prévoir des vêtements chauds et des chaussures fermées confortables. Inscription au 04 79 37 86 85 ou à [reservations.patrimoine@albertville.fr](mailto:reservations.patrimoine@albertville.fr) jusqu'à 16h la veille de l'animation en précisant nom, prénom et un numéro de téléphone.

☎ 04 79 37 86 85

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



Mercury

> Stage : Yoga et méditation

🕒 9h30-17h 📍 La ferme de Noémie

🎫 Tarif unique : 59 €

Proposé par Pascaline. Le programme : Le lâcher prise

☎ 06 51 46 67 83

<https://moveandfit.wordpress.com>



> Les Renc'arts - L'arbre dans tous les sens

🕒 11h30-16h30 - De 11h30 à 16h30 (balade à 11h30, balades à 14h ; spectacle à 16h) 📍 Fort de Tamié

🆓 Gratuit.

Pour la fête de la nature.

Les artistes vous invitent à vivre, ressentir et découvrir de manière sensible la nature : les sens s'éveillent à la musique, aux odeurs du jardin, au toucher et à la beauté des lieux.

[www.parcdesbauges.com](http://www.parcdesbauges.com)





## Ugine

> Rencontres artistiques - 10e édition

📍 Espace culturel - Place Montmain

€ Gratuit.

19 expositions d'artistes.

Démonstrations artistiques, ateliers créatifs, musique et danses, projection cinéma, conférence, microfolie.

☎ 04 79 37 31 81

<http://fat-ugine.com>



> Sortie familiale : Les Médiévales d'Andilly

€ Plein tarif : 16.9 / 21.8 € - Tarif réduit : 7.3 / 16.9 €

Prenez part aux Grandes Médiévales d'Andilly qui vous transportent 700 ans en arrière. Prévoir le pique-nique.

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

## > A VOIR, A FAIRE JUSQU'AU...

... 17/05/24

## Ugine

> Exposition : portrait d'une Uginoise engagée

🕒 Tous les jours 📍 Centre socioculturel Eclat de Vie

€ Gratuit.

Madagascar : un voyage de produits écoresponsables 100% recyclables. Présentée par Valencia Monnehay, malgache et uginoise, fondatrice de la marque Valiha, qui contribue à la création d'emploi des femmes à Madagascar.

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

... 17/05/24

## Verrens-Arvey

> Séjour Parenthèse bien-être et Jeûne Buchinger

🕒 Tous les jours 📍 Gîte les Sources d'Arvey  
570€ tout compris

Cinq jours de jeûne doux de type Buchinger (jus de légumes le matin et bouillon le soir), accompagné par 3 professionnelles du jeûne. Yoga et méditation, randonnées, activités de développement personnel, cocooning et détente, massages.

☎ 06.68.02.44.18

... 22/05/24

## Ugine

> Exposition : Mehiwn

🕒 Tous les jours 📍 Médiathèque

€ Entrée libre.

A l'occasion des rencontres artistiques, la médiathèque d'Ugine reçoit l'exposition Mehiwn. Jeune artiste autodidacte, elle a trouvé à travers l'art la voie de la résilience.

<http://mediatheques.arlyserre.fr/>



... 28/05/24

## Albertville

> Au cinéma

🕒 Tous les jours 📍 LE DÔME Cinéma

Plein tarif : 8,00 € Tarif réduit (+ 65 ans / - 18 ans / étudiants / demandeurs d'emploi / le mercredi pour tous sauf jours fériés) : 6,50 € Tarif jeune (- 14 ans) : 5 € Abonnement : 6 € Supplément 3d : 2 €

A l'affiche en ce moment.

☎ 04 79 37 58 77

[www.amis-du-cinema.com](http://www.amis-du-cinema.com)



## Ugine

> Au cinéma

🕒 Tous les jours 📍 Cinéma

Chantecler

Plein tarif : 8,00 € Tarif réduit (+ 65 ans / - 18 ans / étudiants / demandeurs d'emploi / le mercredi pour tous sauf jours fériés) : 6,50 € Tarif jeune (- 14 ans) : 5 € Abonnement : 6 € Supplément 3d : 2 €

A l'affiche en ce moment.

☎ 04 79 37 58 77

[www.amis-du-cinema.com](http://www.amis-du-cinema.com)



... 29/06/24

## Ugine

> Exposition : 1000 figures ?  
Le Musée International des  
Arts Modestes d'Hervé Di  
Rosa.



🕒 14h-18h mercredi. 10h-12h et  
14h-18h samedi. 📍 Centre d'Art et de Rencontres Curiox  
🆓 Entrée libre.

*Autour de la question de la Figure, l'exposition présente un exemple de "curiosités", mêlant art contemporain, art traditionnel, objets manufacturés, artisanat, œuvres uniques ou encore productions commerciales.*

[www.ugine.com/sport-culture-associations/centre-art-curiox/](http://www.ugine.com/sport-culture-associations/centre-art-curiox/)

... 31/07/24

## Albertville

> Cycle Vélo-école

🕒 Tous les jours 📍 Parc du Val des Roses

🆓 Gratuit. Sur inscription

*Apprentissage ou perfectionnement à la pratique du vélo.*

☎ 06 95 03 68 98

... 13/10/24

## Montailleur

> Wam Park

🕒 13h30-20h30 samedi, dimanche.  
10h-20h30 lundi, mardi, mercredi,  
jeudi, vendredi. 📍 866 RD1090



Tarif groupe à partir de 8 personnes.  
Tarif groupe à partir de 8 personnes. Entrée gratuite,  
tarifs et informations pratiques sur le site. Pas de  
réservations nécessaires sauf pour les groupes de 8  
pers et plus. Grand Télési : 24€ pour 1h (19€ pour les  
groupes) Watergames : à partir de 11€ par pers pour  
1h (9€ pour les groupes) Waterjump accessible dès 5  
ans : à partir de 18€ par pers pour 1h (14€ pour les  
groupes) Park accrobranche : 12€ par pers (ouvert de  
juin à septembre). Iles flottantes: 25€ pour 1h, terrasse  
pour 5 personnes max Full pass 1 journée : 69€. Water  
pass 1 journée: 54€ Watergames 1 heure: 11€ Paddle  
1 heure : 13€ Autres activités disponibles sur le park :  
du paddle, des terrasses flottantes. 🧑 À partir de 5 ans  
WAM PARK : Base de loisirs et télési nautique au coeur  
de la Savoie !

*Pratique du ski nautique et du wakeboard en famille ou  
entre amis dans un cadre somptueux.*

*Activités accessibles à partir de 5 ans.*

*Réservation obligatoire au moins 24h à l'avance pour  
les groupes de plus de 8 personnes pour bénéficier du  
tarif de groupe, à faire par téléphone ou par mail.*

☎ 09 74 67 00 40

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

... 13/10/25

## Montailleur

### > Wam Park

🕒 13h30-20h30 samedi, dimanche.  
10h-20h30 lundi, mardi, mercredi,  
jeudi, vendredi. 📍 866 RD1090



©Alan Morandina - MDT PA

Tarif groupe à partir de 8 personnes.

Tarif groupe à partir de 8 personnes. Entrée gratuite, tarifs et informations pratiques sur le site. Pas de réservations nécessaires sauf pour les groupes de 8 pers et plus. Grand Télési : 24€ pour 1h (19€ pour les groupes) Watergames : à partir de 11€ par pers pour 1h (9€ pour les groupes) Waterjump accessible dès 5 ans : à partir de 18€ par pers pour 1h (14€ pour les groupes) Park accrobranche : 12€ par pers (ouvert de juin à septembre). Iles flottantes: 25€ pour 1h, terrasse pour 5 personnes max Full pass 1 journée : 69€. Water pass 1 journée: 54€ Watergames 1 heure: 11€ Paddle 1 heure : 13€ Autres activités disponibles sur le park : du paddle, des terrasses flottantes. 👤 À partir de 5 ans WAM PARK : Base de loisirs et télési nautique au coeur de la Savoie !

Pratique du ski nautique et du wakeboard en famille ou entre amis dans un cadre somptueux.

Activités accessibles à partir de 5 ans.

Réservation obligatoire au moins 24h à l'avance pour les groupes de plus de 8 personnes pour bénéficier du tarif de groupe, à faire par téléphone ou par mail.

📞 09 74 67 00 40

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

... 31/12/24

## Albertville

### > Marché au parc du Val des Roses

🕒 8h-14h tous les jours 📍 Parc du Val des Roses



©Pheabay

Marché alimentaire et manufacturier.

📞 04 79 10 43 00

### > Atelier anniversaire au Musée d'art et d'histoire !



🕒 Tous les jours Sur réservation 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

Tarif : 60 € jusqu'à 10 enfants. 5 €/enfant supplémentaire dans la limite de quinze enfants. Réservation au 04 79 37 86 85 (2 semaines au minimum avant la date souhaitée). 👤 De 5 à 12 ans

Proposé et encadré par le service Ville d'art et d'histoire de la Ville d'Albertville.

📞 04 79 37 86 85

### > Visite libre de l'église Notre Dame de l'assomption - Conflans



©Ville d'Albertville

🕒 Tous les jours 📍 Eglise Saint Grat

€ Gratuit.

Venez découvrir l'église baroque de la cité de Conflans qui a fait l'objet de multiples restaurations. Vous pourrez découvrir le tableau et la statue de la chapelle du Rosaire et le tableau de saint François de Sales, qui ont retrouvé leur splendeur.

📞 04 79 37 86 85

### > Cours de peinture

🕒 Tous les jours Hiver : sur rendez-vous. Été : tous les jours de 10h30 à 12h et de 14h à 18h sauf affichage sur la porte. Entrée libre. Boutique en ligne. 📍 Les Ateliers de Barbara

Pour plus d'informations tarifaires, contacter directement Barbara VILLE. Boutique en ligne.

Atelier de peinture sur feuilles d'arbres, artisanat d'art et céramiques : tout un univers dédié à la nature et créé par l'artiste.

📞 04 56 10 37 58 - 06 25 81 31 68

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



## > Fête ton anniversaire au Bowling !

🕒 Tous les jours 📍 Bowling 3000  
Enfant : 10,50 € (par enfant le weekend et les jours fériés) Tarif réduit : 8,50 € (par enfant en semaine). 👤 À partir de 4 ans

*Le bowling met à disposition une piste de bowling sans limitation de durée. Possibilité de faire 2 parties. 1 boisson incluse ainsi qu'un cadeau pour l'enfant fêtant son anniversaire. Possibilité aux parents d'apporter un gâteau.*

☎ 04 79 37 76 76

[www.bowling3000.com/anniversaire](http://www.bowling3000.com/anniversaire)



©Pbaabay

## > L'Atelier de gravure et de typographie

🕒 Tous les jours Mardi : 9h à 15h30 et 17h30 à 19h30; Mercredi : 9h à 12h; Jeudi : 9h à 12h et 18h à 21h.  
Cours hebdomadaires et stages (gravure, typographie, lithographie). Week-end à la demande. Atelier modelage pour les scolaires uniquement. 📍 L'Atelier - Ecole de gravure et de typographie  
Plus d'informations sur les tarifs sur le site internet de l'atelier. 👤 À partir de 5 ans

*Atelier de gravure et de typographie traditionnelle. Réservation par mail souhaitée la veille au plus tard, la suite de l'échange se fera par téléphone.*

☎ 06 49 09 00 95

<https://latelier-conflans.com/>



©L'Atelier école de gravure et typographie

## Grésy-sur-Isère

### > Escape game

🕒 14h-16h tous les jours 📍 530  
Chemin des carrières du salin

*Ce jeu déambulatoire se déroule sur tout le site du Village-Musée, en extérieur et en intérieur. Il va vous falloir résoudre des énigmes en interagissant avec des objets anciens, en recherchant des codes cachés, tout en étant guidé par votre smartphone.*

*Possibilité de réservation par téléphone au 04 79 37 94 36 [lescoteauxdusalin@wanadoo.fr](mailto:lescoteauxdusalin@wanadoo.fr)*

☎ 04 79 37 94 36



## Marthod

### > Cours et stages de poterie

🕒 Tous les jours Du lundi au vendredi : 14h-19h. Autres horaires : sur rendez-vous. Le week-end : assurez-vous de ma présence. 📍 Poterie de l'Epignier  
Plus d'informations sur <http://www.poteriedelepignier.fr/les-ateliers/>. 👤 À partir de 8 ans

*Entretenir la tradition de la poterie en terre vernissée savoyarde et transmettre ce savoir-faire. Cours et stages disponibles. Atelier et magasin ouverts toute l'année.*

☎ 06 28 84 13 57

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

## Notre-Dame-des-Millières

### > Atelier de poterie

🕒 Tous les jours Atelier et expositions ouverts toute l'année sur RDV. 📍 Poterie Artisanale en Grès

*Installé dans un petit hameau de montagne, à 15 min d'Albertville, l'artiste vous invite à découvrir le travail du potier à travers le façonnage de la terre et la chimie des émaux.*

*Atelier et expositions ouverts toute l'année sur RDV.*

☎ 06 31 68 37 16

[www.poterie-en-gres.com](http://www.poterie-en-gres.com)



©Poterie en Grès

## Ugine

### > Escape game

🕒 Tous les jours 📍 240 allée de Crest-Cherel

Tarif : 20€ 👤 À partir de 10 ans

*Venez résoudre l'énigme du Crest-Cherel ! De 3 à 7 joueurs. Tarif dégressif selon le nombre.*

☎ 07 71 08 92 83



ET AUSSI...

TOUS LES LUNDIS

Albertville

Toute l'année

> Cours de yoga : le yoga doux

🕒 12h20-13h30 lundi 📍 Salle des Reisses

Paiement au cours, carte de 10 cours ou à l'année

Proposé par Pascaline, professeure de yoga. Un moment de pause dans votre journée pour lâcher prise et vous faire du bien. Relaxation, lâcher prise, souplesse, renforcement, pranayama. Pour adultes débutants et pratiquants réguliers.

☎ 06 51 46 67 83

<https://moveandfit.wordpress.com>



Gilly-sur-Isère

Toute l'année

> Cours de yoga nidra (relaxation profonde)

🕒 12h15-13h lundi 📍 Le Kaizen

Règlement à la séance ou au trimestre.

Proposé par Marion. Le Yoga Nidra est une pratique de relaxation très profonde que l'on relie à la tradition du yoga. Pratiqué en posture allongée, c'est un véritable voyage de la conscience entre éveil et sommeil. Adapté à tous.

☎ 07 50 48 86 70

<https://lasaveurdescouleurs.com>

Pallud

Toute l'année

> Yoga et Stretching Mobilité

🕒 18h30-19h30 lundi 📍 Salle communale

A l'unité: 15 euros, carnet 10 cours: 13 euros (la séance) et la séance d'essai à 5 euros.

Libérez vos tensions, restaurez votre respiration, renforcez muscles et articulations, pour vous sentir libre dans votre corps. Guidé par Salem, diplômé éducateur sportif et professeur de yoga Certifié Alliance International.

☎ 06 31 89 30 17



Ugine

Du 29/04 au 24/06/24

> Atelier cuisine et partage

🕒 13h45-15h45 lundi 📍 Salle Festive

€ Tarif réduit : de 1,80 à 5,40 € (Uginois). 5.40€ à 12.60€ pour les extérieurs.

Soyez chef d'un jour, tour à tour, vous partagerez votre savoir-faire culinaire dans une ambiance conviviale. Des recettes partagées faites de découvertes, un tour du monde pour vos papilles en deux heures ! Public adulte.

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

TOUS LES MARDIS

Albertville

Toute l'année

> Cours de hatha yoga - spécial sénior

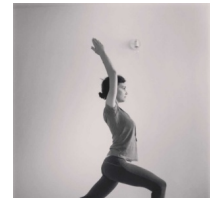
🕒 10h45-11h45 mardi 📍 53 chemin de la Peysse

Règlement à la séance ou au trimestre.

Proposé par Marion. Une séance de hatha yoga, plus courte, tout en douceur, avec des postures qui s'adaptent aux besoins de chacun. Comme dans une séance classique, seront pratiqués des exercices de respiration, de relaxation ou yoga nidra.

☎ 07 50 48 86 70

<https://lasaveurdescouleurs.com>



Toute l'année

> Séances de hatha yoga

🕒 12h15-13h30 mardi 17h45 à 19h 📍 53 chemin de la Peysse

Règlement à la séance ou au trimestre.

Proposé par Marion. Chaque séance est un moment de rencontre avec soi où le corps et l'esprit se relâchent. La séance comprend un enchaînement de différentes postures, rythmé par le souffle, en accord avec l'énergie de la saison et du moment.

☎ 07 50 48 86 70

<https://lasaveurdescouleurs.com>



## Toute l'année

### > Séance de fitness modéré

🕒 18h-19h mardi 📍 Esplanade du Sauvay

Séance à l'unité ou au forfait. Cours pendant les vacances scolaires. 1ère séance offerte

*Cours collectifs encadrés par Sylviane Spoto, animatrice sportive diplômée. Au programme : cardio et renforcement musculaire modéré.*

☎ 06 66 14 99 70



## Pallud

### Toute l'année

### > Yoga Prénatal (Méthode De Gasquet)

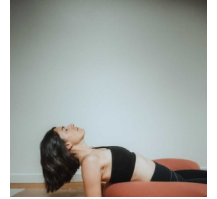
🕒 18h15-19h15 mardi 📍 Salle communale

€ Tarif unique : 18 €

*Proposé par Mathilde, Professeure de Yoga & Masseuse : Un travail corporel pour mieux vivre sa grossesse, se détendre, se préparer en douceur.*

☎ 06 49 52 94 43

[www.m-holistic.fr](http://www.m-holistic.fr)



## Cléry

### Toute l'année

### > Fabrication et vente de savon

🕒 13h-17h mardi, jeudi, vendredi Visite après confirmation par mail ou SMS 📍 Savonnerie L'Essentielle

Pour plus d'informations sur les tarifs proposés, se rendre sur le site Internet de la savonnerie.

*Nous fabriquons à la main des Savons en saponification à froid, Crèmes, Baumes et Huiles de Massage sous Mention Nature & Progrès (cosmétiques Bio Ecologiques).*

*Possibilité de voir une fabrication de savons sur réservation.*

☎ 09 52 05 24 95 - 06 52 76 53 45

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



© Savonnerie L'Essentielle

### Toute l'année

### > Yoga Vinyasa

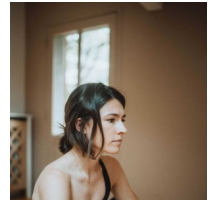
🕒 19h30-20h30 mardi 📍 Salle communale

€ Tarif unique : 15 €

*Proposé par Mathilde, Professeure de Yoga & Masseuse : Venez renforcer votre système musculaire profond, développer votre équilibre, coordination, souplesse & stabilité à travers les postures de yoga et des exercices de respiration. Tous niveaux.*

☎ 06 49 52 94 43

[www.m-holistic.fr](http://www.m-holistic.fr)



## Grésy-sur-Isère

### Toute l'année

### > Marché

🕒 8h-12h mardi

€ Gratuit

*Venez découvrir notre marché de terroir.*

☎ 04 79 37 91 94



© Privatay

## Ugine

Du 30/04 au 25/06/24

### > Atelier créatif : mon petit meuble en carton

🕒 13h45-15h45 mardi 📍 Centre socioculturel Eclat de Vie

€ Plein tarif : 18 / 28.8 € - Tarif réduit : 7.2 / 18 €

*Vous avez envie de fabriquer un meuble unique et original : apprenez à créer vos propres petits meubles en carton de la construction à la customisation.*

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)



## TOUS LES MERCREDIS

### Albertville

Du 16/12/23 au 23/06/24

> Exposition : 1000 figures ?  
Le Musée International des Arts Modestes investit le Musée d'art et d'histoire



🕒 10h-12h30 mercredi, jeudi, vendredi, samedi, dimanche 14h à 18h 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

💰 Plein tarif : 5 € - Tarif réduit : 2.5 €

*Quel lien existe-t-il entre les piñatas mexicaines du XXe siècle et les statuettes de Bessans ? Que peuvent nous apprendre des statuettes réalisées en série sur nos Vierges sculptées du XVIIIe siècle ?*

☎ 04 79 37 86 85

### Toute l'année

> Anniversaire party chez Katapult !

🕒 En période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 Katapult

💰 Enfant : 14.5 €

*Organise ton anniversaire dans ton parc préféré ! Plaine de jeux Kabane, TrampoPark XXL Katapult ou Laser Game K203, tu peux même opter pour la formule spéciale Kombo !*

☎ 04 79 89 41 32

<https://kparks.fr>

### Toute l'année

> Lasergame K203

🕒 en période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 K Park's

💰 Tarif unique : 10 € 👤 À partir de 8 ans

*Chacun pour sa pomme ou en équipe, choisis comment tu affronteras tes amis ou ta famille ! Réservation obligatoire pour les sessions de 20h à 22h les vendredis et samedis.*

☎ 04 79 89 41 32

<https://kparks.fr>



©KParis

### Toute l'année

> Atelier vélobricolade

🕒 16h-19h mercredi 📍 21 rue des Fleurs

💰 Gratuit.

*Permanence de réparation de vélos participative et solidaire dans les locaux de l'association "Roue Libre".*

☎ 06 95 22 95 19

### Toute l'année

> Gym Fitness Dynamique

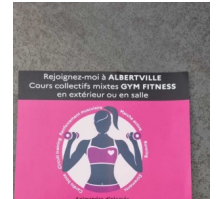
+++

🕒 18h-19h30 mercredi samedi : de 9h30 à 10h30 📍 Esplanade du Sauvay

Possibilité d'inscription en cours d'année. Séance à l'unité ou forfait. Cours pdt vacances scolaires. 1ère séance offerte.

*Encadré par Sylviane Spoto, animatrice sportive diplômée. Au programme : Cardio, renforcement musculaire.*

☎ 06 66 14 99 70



### Ugine

### Toute l'année

> Marché du mercredi

🕒 📍 Place du Val d'Arly

💰 Gratuit.

*Petit marché alimentaire, vêtements.*

☎ 04 79 37 33 00



Du 14/05 au 3/07/24

> Atelier "Crée ton dessin"

🕒 17h30-19h mercredi 📍 Centre socioculturel Eclat de Vie

💰 Plein tarif : 38.5 / 55 € - Tarif réduit : 24.2 / 38.5 €

*Marc Ogdanetz dit « Ness », un illustrateur ugiinois, vous partage son savoir-faire pour donner vie à votre imagination !*

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

## TOUS LES JEUDIS

### Albertville

Du 16/12/23 au 23/06/24

> Exposition : 1000 figures ?  
Le Musée International des Arts Modestes investit le Musée d'art et d'histoire

🕒 10h-12h30 mercredi, jeudi, vendredi, samedi, dimanche 14h à 18h 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

💰 Plein tarif : 5 € - Tarif réduit : 2.5 €

*Quel lien existe-t-il entre les piñatas mexicaines du XXe siècle et les statuettes de Bessans ? Que peuvent nous apprendre des statuettes réalisées en série sur nos Vierges sculptées du XVIIIe siècle ?*

📞 04 79 37 86 85



Toute l'année

> Marché du jeudi

🕒 8h30-12h jeudi 📍 Place Borrel

💰 Gratuit.

Marché alimentaire : Place Antoine Borrel. Marché textiles et équipements divers : Parking du Pénitencier.

📞 04 79 10 43 00



Toute l'année

> Cours de yoga : le yoga Vinyasa (dynamique)

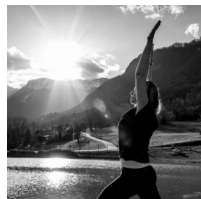
🕒 12h20-13h30 jeudi 📍 Salles des Reisses

Paiement au cours, carte de 10 cours ou à l'année.

*Proposé par Pascaline, professeure de yoga : Un moment de pause dans votre journée pour lâcher prise et vous faire du bien.*

📞 06 51 46 67 83

<https://moveandfit.wordpress.com>



Toute l'année

> Séance de hatha yoga

🕒 19h15-20h30 jeudi 📍 53 chemin de la Peysse

Règlement à la séance ou au trimestre.

*Proposé par Marion. Chaque séance est un moment de rencontre avec soi où le corps et l'esprit se relâchent. La séance comprend un enchaînement de différentes postures, rythmé par le souffle. Adapté à tous.*

📞 07 50 48 86 70

<https://lasaveurdescouleurs.com>



### Cléry

Toute l'année

> Fabrication et vente de savon

🕒 13h-17h mardi, jeudi, vendredi Visite après confirmation par mail ou SMS 📍 Savonnerie L'Essentielle

Pour plus d'informations sur les tarifs proposés, se rendre sur le site Internet de la savonnerie.

*Nous fabriquons à la main des Savons en saponification à froid, Crèmes, Baumes et Huiles de Massage sous Mention Nature & Progrès (cosmétiques Bio Ecologiques).*

*Possibilité de voir une fabrication de savons sur réservation.*

📞 09 52 05 24 95 - 06 52 76 53 45

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



### Gilly-sur-Isère

Toute l'année

> Ateliers relaxation au sol accompagnés des bols tibétains

🕒 9h30-10h30 jeudi 18h à 19h 📍 Association Energie du cœur 73

Tarif : 10 €

*Et si vous veniez vous relaxer au son des bols tibétains ? Découvrez la puissance du son et des vibrations dans la relaxation. Accordez-vous 1 h de détente et de bien-être. Prévoir un tapis de sol et un plaid, un coussin. Accessible à tous.*

📞 06 67 13 18 37

[www.energieducoeur73wix.com/](http://www.energieducoeur73wix.com/)



## Grésy-sur-Isère

Toute l'année

> Cours Yin Yoga (yoga doux)

🕒 19h-20h15 jeudi 📍 Espace  
Multi-Activités

📞 Tarifs non communiqués.

*Le Yin Yoga est une pratique pour le lâcher prise en pleine conscience et une transformation intérieure. C'est un relâchement intense des muscles, en y mettant une intensité appropriée. On reste immobile dans les postures pour tenir longtemps.*

📞 06 51 46 67 83

<https://moveandfit.wordpress.com>



## Ugine

Du 7/03 au 27/06/24

> Atelier « Equilibre »

🕒 9h-10h jeudi 📍 Salle multisports du complexe sportif

📞 Plein tarif : 65 / 91 € - Tarif réduit : 39 / 65 €

*Améliorez votre équilibre, restez en forme à travers des activités*

*physiques adaptées. Animée par Marie Bentz, intervenante sport diplômée – Association Dynamique Sport Mercury-Verrens. a partir de 60 ans.*

📞 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

Du 2 au 27/05/24

> Diff'art : l'atelier d'art pour tous

🕒 📍 Salle Rouget de l'Isle

Tarif au trimestre par enfant de 5.50€ à 14.30€ Uginois et de 14.30€ à 24.20€ extérieurs

*Animé par Virginie SAVEL, animatrice socioculturelle. Aux travers des différentes pratiques artistiques expressives, mobiliser les ressources intérieures des enfants afin qu'ils soient capables de communiquer différemment, d'évoluer et devenir autonomes.*

📞 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

Du 2/05 au 26/06/24

> Atelier couture " De fil en aiguille"

🕒 9h-11h jeudi 📍 Centre socioculturel Eclat de Vie

📞 Tarif réduit : de 2 à 6 € (Uginois). 6€ à 14€ pour les extérieurs.

*Un lieu convivial et chaleureux autour de la couture où le savoir-faire est partagé. Novices, débutants, ou confirmés, partageons, apprenons la passion en couture, retouches, réparations, raccommodages autour d'un café. Public adulte.*

📞 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

## TOUS LES VENDREDIS

### Albertville

Du 16/12/23 au 23/06/24

> Exposition : 1000 figures ?

Le Musée International des Arts Modestes investit le Musée d'art et d'histoire



🕒 10h-12h30 mercredi, jeudi, vendredi, samedi, dimanche 14h à 18h 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

📞 Plein tarif : 5 € - Tarif réduit : 2.5 €

*Quel lien existe-t-il entre les piñatas mexicaines du XXe siècle et les statuettes de Bessans ? Que peuvent nous apprendre des statuettes réalisées en série sur nos Vierges sculptées du XVIIIe siècle ?*

📞 04 79 37 86 85

Toute l'année

> Anniversaire party chez Katapult !

🕒 En période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 Katapult

📞 Enfant : 14.5 €

*Organise ton anniversaire dans ton parc préféré ! Plaine de jeux Kabane, TrampoPark XXL Katapult ou Laser Game K203, tu peux même opter pour la formule spéciale Kombo !*

📞 04 79 89 41 32

<https://kparcs.fr>



## Toute l'année

### > Lasergame K203

🕒 en période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 K Park's

💶 Tarif unique : 10 € 👤 À partir de 8 ans

*Chacun pour sa pomme ou en équipe, choisis comment tu affronteras tes amis ou ta famille ! Réservation obligatoire pour les sessions de 20h à 22h les vendredis et samedis.*

☎ 04 79 89 41 32

<https://kparks.fr>



©K'Parks

## Toute l'année

### > Marche active et renforcement musculaire

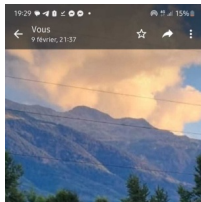
🕒 18h30-20h

vendredi 📍 Changement de lieu toutes les semaines

Séance à l'unité ou au forfait. Cours pendant les vacances scolaires.

*Encadré par Sylviane Spoto, animatrice sportive diplômée.*

☎ 06 66 14 99 70



©Sylviane Spoto

## Cléry

### Toute l'année

### > Fabrication et vente de savon

🕒 13h-17h mardi, jeudi, vendredi Visite après confirmation par mail ou SMS 📍 Savonnerie L'Essentielle

Pour plus d'informations sur les tarifs proposés, se rendre sur le site Internet de la savonnerie.

*Nous fabriquons à la main des Savons en saponification à froid, Crèmes, Baumes et Huiles de Massage sous Mention Nature & Progrès (cosmétiques Bio Ecologiques).*

*Possibilité de voir une fabrication de savons sur réservation.*

☎ 09 52 05 24 95 - 06 52 76 53 45

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



©Savonnerie L'Essentielle

## Frontenex

### Toute l'année

### > Marché

🕒 8h-12h vendredi

💶 Gratuit

*Venez découvrir notre marché du terroir.*

☎ 04 79 31 40 10



©piscabay

## Ugine

Du 3/05 au 26/06/24

### > Atelier couture " De fil en aiguille"

🕒 14h-16h vendredi 📍 Centre socioculturel Eclat de Vie

💶 Tarif réduit : de 2 à 6 € (Uginois). 6€ à 14€ pour les extérieurs.

*Un lieu convivial et chaleureux autour de la couture où le savoir-faire est partagé. Novices, débutants, ou confirmés, partageons, apprenons la passion en couture, retouches, réparations, raccommodages autour d'un café. Public adulte.*

☎ 04 79 89 70 29

[www.ugine.com](http://www.ugine.com)

## TOUS LES SAMEDIS

### Albertville

Du 16/12/23 au 23/06/24

### > Exposition : 1000 figures ? Le Musée International des Arts Modestes investit le Musée d'art et d'histoire

🕒 10h-12h30 mercredi, jeudi,

vendredi, samedi, dimanche 14h à 18h 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

💶 Plein tarif : 5 € - Tarif réduit : 2.5 €

*Quel lien existe-t-il entre les piñatas mexicaines du XXe siècle et les statuettes de Bessans ? Que peuvent nous apprendre des statuettes réalisées en série sur nos Vierges sculptées du XVIIIe siècle ?*

☎ 04 79 37 86 85



Toute l'année

> Anniversaire party chez Katapult !

🕒 En période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 Katapult

💶 Enfant : 14.5 €

Organise ton anniversaire dans ton parc préféré ! Plaine de jeux Kabane, TrampoPark XXL Katapult ou Laser Game K203, tu peux même opter pour la formule spéciale Kombo !

📞 04 79 89 41 32

<https://kparks.fr>

Toute l'année

> Lasergame K203

🕒 en période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 K Park's

💶 Tarif unique : 10 € 👤 À partir de 8 ans

Chacun pour sa pomme ou en équipe, choisis comment tu affronteras tes amis ou ta famille ! Réservation obligatoire pour les sessions de 20h à 22h les vendredis et samedis.

📞 04 79 89 41 32

<https://kparks.fr>



©K'Parks

Toute l'année

> Marché du samedi

🕒 📍 Place Grenette

💶 Gratuit.

Marché alimentaire.

📞 04 79 10 43 00



©P'tauby

Ugine

Toute l'année

> Marché du samedi

🕒 7h-12h30 samedi Ouvert toute l'année. 📍 Chef Lieu d'Ugine

💶 Accès libre.

Petit marché alimentaire, vêtements.

📞 04 79 37 33 00



©P'tauby

TOUS LES DIMANCHES

Albertville

Du 16/12/23 au 23/06/24

> Exposition : 1000 figures ?

Le Musée International des Arts Modestes investit le Musée d'art et d'histoire



🕒 10h-12h30 mercredi, jeudi, vendredi, samedi, dimanche 14h à 18h 📍 Musée d'art et d'histoire de Conflans

💶 Plein tarif : 5 € - Tarif réduit : 2.5 €

Quel lien existe-t-il entre les piñatas mexicaines du XXe siècle et les statuettes de Bessans ? Que peuvent nous apprendre des statuettes réalisées en série sur nos Vierges sculptées du XVIIIe siècle ?

📞 04 79 37 86 85

Toute l'année

> Anniversaire party chez Katapult !

🕒 En période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 Katapult

💶 Enfant : 14.5 €

Organise ton anniversaire dans ton parc préféré ! Plaine de jeux Kabane, TrampoPark XXL Katapult ou Laser Game K203, tu peux même opter pour la formule spéciale Kombo !

📞 04 79 89 41 32

<https://kparks.fr>

Toute l'année

> Lasergame K203

🕒 en période scolaire Tous les jours pendant les vacances 📍 K Park's

💶 Tarif unique : 10 € 👤 À partir de 8 ans

Chacun pour sa pomme ou en équipe, choisis comment tu affronteras tes amis ou ta famille ! Réservation obligatoire pour les sessions de 20h à 22h les vendredis et samedis.

📞 04 79 89 41 32

<https://kparks.fr>



©K'Parks





*Découvrez le goût  
du Beaufortain*

## **CIRCUIT DE VISITE À BEAUFORT-SUR-DORON**

234, avenue du Capitaine Bulle  
Tél. : 04 79 38 33 62

**VISITE LIBRE  
TOUS LES JOURS, TOUTE L'ANNÉE**

Selon les périodes, possibilité de visiter les caves  
et de voir le film « Le Beaufort en héritage »

[cooperative-de-beaufort.com](http://cooperative-de-beaufort.com)



COOPÉRATIVE LAITIÈRE  
DU BEAUFORTAIN