

AGENDA 05

Les sorties présentées dans chaque département sont bien sûr ouvertes aux adhérents des 2 départements. N'hésitez pas à vous inscrire !

LUNDI 1 JUILLET

Swincar dans le Champsaur avec Handirando—2 places disponible, 12h-17h30 ,
53€ par personne (comprenant la sortie swincar de 3h, l'adhésion et le transport)
Si vous êtes déjà adhérent à Handi-rando, la sortie d'1h30 sera au prix de 25€+3€ de transport
Départ à 11h00 de la Délégation, prévoir un pique nique et de l'eau

MARDI 2 JUILLET

▪ **Equithérapie Vitrolles—23€** - 9h-14h

Inscription obligatoire—Certificat médical obligatoire attestant de votre possibilité de faire de l'équitation. Prendre son pique nique. (prix comprenant le transport)

▪ **Le groupe Relais Embrunais au resto**— pas d'atelier du groupe relais ce mardi. Pour plus d'info contacter Natacha

MERCREDI 3 JUILLET

Au Café de la Délégation : c'est Ciné Bistro, projection d'un film à la Délégation, début 16h et sera suivie d'un apéritif en terrasse, vers 18h. Prendre de l'argent de poche- Délégation 05

JEUDI 4 JUILLET

Café Asso du Groupe Relais Embrunais - La Manutention, à 14h

VENDREDI 5 JUILLET

Réunion Vie Asso, Délégation 05 à 14h

MARDI 9 JUILLET

- **Instant Thé et Douceurs avec Nacera** - Délégation 05, prix libre, 15h - 16h30
- **Atelier Groupe Relais Embrunais** - La Manutention, 14h- 16h

MERCREDI 10 JUILLET

« **Au Café de la Délégation** » - Délégation 05, à partir de 14h—Allons manger une glace en terrasse !

JEUDI 11 JUILLET

Café Asso Laragne - Restaurant à Laragne—12h

SAMEDI 13 JUILLET

Balade sur le bateau de Pierre, 2personnes max, prendre son pique nique et sa casquette, transport de la Délégation jusqu'au port de Prunières : 5€,11h-17h

LUNDI 15 JUILLET

Swincar dans le Champsaur avec Handirando—2 places disponible, 12h-17h30 ,
53€ par personne (comprenant la sortie swincar de 3h, l'adhésion et le transport)
Si vous êtes déjà adhérent à Handi-rando, la sortie d'1h30 sera au prix de 25€+3€ de transport
Départ à 11h00 de la Délégation, prévoir un pique nique et de l'eau

MERCREDI 17 JUILLET

« **Au Café de la Délégation** » - Délégation 05, à partir de 14h—module informatique

JEUDI 18 JUILLET

Pique nique au lac Mison avec le 04, 12h-17h—Départ possible de la Délégation à 10h30, 6€ de transport—Apportes ton pique nique et ta casquette

MARDI 23 JUILLET

- **Balade sur le bateau de Pierre**, 2personnes max, prendre son pique nique et sa casquette, transport de la Délégation jusqu'au port de Prunières : 5€,11h-17h (date à confirmer avec Pierre)
- **Atelier Groupe Relais Embrunais** - La Manutention, 14h- 16h

MERCREDI 24 JUILLET

Tour de France : 17^{ème} étape à Gap— ON SE RETROUVE À LA TRIBUNE INSTALLÉE SPÉCIALEMENT POUR PMR EN FACE DU MUSÉE DÉPARTEMENTAL—15H-18H

LUNDI 29 JUILLET

Swincar dans le Champsaur avec Handirando—2 places disponible, 12h-17h30 ,
53€ par personne (comprenant la sortie swincar de 3h, l'adhésion et le transport)
Si vous êtes déjà adhérent à Handi-rando, la sortie d'1h30 sera au prix de 25€+3€ de transport
Départ à 11h00 de la Délégation, prévoir un pique nique et de l'eau

MERCREDI 31 AOÛT

Baignade à la Baie St Michel, un départ de Gap à 10h : 3€ transport .

Prendre votre pique nique, maillot de bain, chapeau et crème solaire ! Si vous le souhaitez, il y a un snack sur place !
Retour prévu à 18h max.

AGENDA 05

Les sorties présentées dans chaque département sont bien sûr ouvertes aux adhérents des 2 départements. N'hésitez pas à vous inscrire !

JEUDI 1 AOÛT

Café Asso du Groupe Relais Embrunais - La Manutention, à 14h

MARDI 6 AOÛT

- **Instant Thé et Douceurs avec Nacera** - Délégation 05, prix libre, 15h - 16h30
- **Atelier Groupe Relais Embrunais** - La Manutention, 14h- 16h

MERCREDI 7 AOÛT

« **Au Café de la Délégation** » - Délégation 05, à partir de 14h—module informatique

JEUDI 8 AOÛT

Café Asso Laragne - Résidence Paramar, 14h

VENDREDI 9 AOÛT

Ciné Bistro, diffusion d'un film dans la Délégation, la séance débutera à 16h et sera suivie d'un apéritif en terrasse, vers 18h. Prendre de l'argent de poche- Délégation 05

LUNDI 12 AOÛT

Swincar dans le Champsaur avec Handirando—2 places disponible, 12h-17h30 ,

53€ par personne (comprenant la sortie swincar de 3h, l'adhésion et le transport)

Si vous êtes déjà adhérent à Handi-rando, la sortie d'1h30 sera au prix de 25€+3€ de transport

Départ à 11h00 de la Délégation, prévoir un pique nique et de l'eau

MARDI 13 AOÛT

Atelier Groupe Relais Embrunais - La Manutention, 14h- 16h

MARDI 20 AOÛT

- **BARBECUE À EYGLIER**, 8€ par personne pour l'achat du repas + 4€ de transport

Départ de Gap à 10h, préparation du repas sur place. Retour prévu à 17h30.

- **Atelier Groupe Relais Embrunais** - La Manutention, 14h- 16h

MERCREDI 21 AOÛT

« **Au Café de la Délégation** » - Délégation 05, à partir de 14h—Après midi jeux !

JEUDI 22 AOÛT

Café Asso à Briançon, 12h, Restaurant

VENDREDI 23 AOÛT

Balade sur le bateau de Pierre, 2personnes max, prendre son pique nique et sa casquette, transport de la Délégation jusqu'au port de Prunières : 5€,11h-17h

MARDI 27 AOÛT

- **Atelier Groupe Relais Embrunais** - La Manutention, 14h- 16h
- **Pop Song Live** : rendez vous à **20H - PARC BERNARD GIVAUDAN DE GAP** CONCERT GRATUIT AVEC Boulevard des Airs BDA, Chimène Badi, Joyce Jonathan, Eva Queen, Ridsa Officiel, Larusso, Lilian Renaud, Lou Musique, Les Frangines, Barry Moore, Sophie Tapie, Alliel, Co&Jane, Adryano...

MERCREDI 28 AOÛT

Mercredi loisirs à Laragne 14h-16h

VENDREDI 30 AOÛT

Balade en bateau de la CNA : 30,85€ par personnes (comprend la balade en bateau 28,5 et le transport de la délégation au port d'Embrun 2,35€) de 11h à 17h—6 places disponibles—dispositif adapté pour PMR et fauteuil—prendre son pique nique, crème solaire et chapeau

Pour rappel : pendant tout l'été, la ville de Gap propose des nocturnes (magasins ouverts jusqu'à 22h) tous les mardis et plusieurs concerts gratuits au parc de la Pépinière et au parc Givaudan. Retrouvez le programme à la délégation, n'hésitez pas à nous faire part des concerts auxquels vous participez, peut être que des personnes voudraient vous accompagner !

A VENIR EN SEPTEMBRE !

- **MARDI 2 SEPTEMBRE** : Instant Thé et Douceur de Nacera—15h-16h30—Délégation 05
- **MERCREDI 5 SEPTEMBRE** : Café de rentré de la Délégation—Quoi de prévu pour 2019/2020 ?
- **JEUDI 12 SEPTEMBRE** : Barbecue de rentré—Plan d'eau de Sisteron 12h-16h
- **Jumbo Run**—en attente d'informations—sur inscription uniquement