

FICHE D'INSCRIPTION 2025-2026

Identité de la personne

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse

n°de voie : rue/avenue :

Complément d'adresse :

n° de bâtiment : n° d'appartement :

Code postal : Ville :

Coordonnées

n° de téléphone : n° de portable :

e-mail :

ATELIERS CHOISIS

Merci de cocher la ou les cases correspondantes.

Gymnastique douce	Lundi 9h15-10h15	☐
Gymnastique douce	Lundi 10h15-11h15	☐
Gymnastique douce	Lundi 11h15-12h15	☐
Gymnastique douce	Lundi 17h-18h	☐
Informatique	Mardi 9h30-11h30	☐
Bien-être	Jeudi 9h15-10h15	☐
Tasse de neurones	Jeudi 14h30-16h	☐
NOMBRE TOTAL D'ATELIERS CHOISIS		

Informations relatives à l'utilisation des données à caractère personnel : Les informations recueillies sur ce formulaire, conformément au Règlement Général sur la Protection des données personnelles (RGPD) et à la loi du 6 janvier 1978 Informatique et Libertés, sont enregistrées dans un fichier par le CCAS de Riom pour la gestion des inscriptions aux ateliers. La base légale du traitement est le règlement d'attribution des aides facultatives du CCAS. Les données sont conservées pendant 2 ans.

Droits de la personne et consentement : Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations vous concernant, ainsi qu'un droit d'opposition en cas de motif(s) légitime(s). Pour plus d'informations sur vos droits, consultez le site cnil.fr. Ces droits peuvent être exercés à tout moment en vous adressant au Délégué à la Protection des Données du CCAS de Riom : contact@ville-riom.fr

Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits Informatique et Libertés ne sont pas respectés ou que le dispositif d'accès n'est pas conforme aux règles de protection des données, vous pouvez adresser une réclamation auprès de la CNIL.

☐ Je déclare avoir pris connaissance des informations relatives au RGPD ci-dessus et donner mon consentement.

CADRE RÉSERVÉ AU CCAS

Quotient familial : Montant à régler : €

Date de paiement : n° de quittance :

☐ Chèque ☐ Espèces ☐ CB ☐ Virement bancaire

ATELIERS
DES AÎNÉS

INSCRIPTION 2025-2026



Pour rester
actifs et connectés

À partir de 60 ans





ATELIERS PROPOSÉS

Gymnastique douce

Atelier permettant de **mettre en mouvement le corps** avec des exercices physiques multiples en travaillant les muscles profonds et superficiels, à l'aide ou non de balles, bâtons ou encore d'élastiques...

● Lundi : 9h15-10h15 ou 10h15-11h15 ou 11h15-12h15 ou 17h-18h

Atelier bien-être

Concentration, connaissance du corps, souplesse, bien-être... Venez vous détendre, respirer, souffler avec **le yoga sur chaise et la sophrologie**.

● Jeudi : 9h15-10h15

Tasse de neurones

Atelier d'**entretien de la mémoire**, d'activation des méninges autour de petits exercices visuels ou sonores...

● Jeudi : 14h30-16h

Atelier informatique

Apprendre à utiliser internet, échanger des mails avec vos enfants et petits-enfants, **dialoguer en ligne, mettre en forme un courrier, organiser** et stocker vos photos / documents...

● Mardi : 9h30-11h30

POUR PLUS D'INFORMATIONS, CONTACTEZ-NOUS

Coordonnées :

📍 15 rue du Dr Ducher, 63200 Riom

☎ 04 73 33 49 00

✉ accueil.ccas@ville-riom.fr

Horaires d'ouverture :

Lundi 9h30-12h30 / 13h30-17h

Mardi, Jeudi, Vendredi
9h-12h30 / 13h30-17h

Fermé le mercredi et le 1^{er} jeudi matin de chaque mois



TARIFS ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Pour les Riomais

Le tarif des ateliers dépend du quotient familial calculé par le CCAS.

Les tarifs sont compris **entre 30,87 € et 91,75 € par atelier pour l'année** et sont **dégressifs** en fonction du nombre d'ateliers choisis (-10% à partir de 2 ateliers, -15% à partir de 3).

Si vous souhaitez faire calculer votre quotient familial, les documents suivants sont nécessaires :

- Justificatif(s) de toutes les ressources des 12 derniers mois de votre foyer (pensions de retraite, rente, revenus fonciers...)
- Justificatif de domicile de moins de 3 mois
- Justificatif éventuel de versement de prestations CAF (APL, AAH...)
- Dernier avis imposition pour vérification

Pour les non Riomais

Le tarif est de **117,20 € par atelier pour l'année** et il est **dégressif** en fonction du nombre d'ateliers choisis (-10% à partir de 2 ateliers, -15% à partir de 3).

Pour les ateliers gymnastique douce et bien-être

Pour une 1^{ère} inscription : certificat médical de moins de 3 mois obligatoire.

Pour un renouvellement d'inscription : voir directement avec le CCAS pour vérification de la durée de validité du certificat médical fourni précédemment.

Séance d'essai et remboursement : Avant de procéder à l'inscription définitive aux ateliers, toute nouvelle personne le souhaitant, a la possibilité de participer gratuitement à 2 sessions d'un atelier de son choix.

Il sera procédé au remboursement du ou des atelier(s) dès l'instant où, la personne concernée ne peut plus y participer pour des raisons médicales et dès lors que la période d'impossibilité est supérieure à 8 mois (un courrier de demande daté et un certificat médical attestant de cette impossibilité devront obligatoirement être fournis au CCAS).

INSCRIPTION

Du 15 au 25 septembre 2025 - selon le planning suivant :

Ateliers	Dates d'inscription	Horaires
Gymnastique douce - groupe 9h15	Lundi 15/09/2025	9h30-12h
Gymnastique douce - groupe 10h15	Mardi 16/09/2025	
Gymnastique douce - groupe 11h15	Jeudi 18/09/2025	
Gymnastique douce - groupe 17h	Vendredi 19/09/2025	
Informatique	Lundi 22/09/2025	
Bien-être	Mardi 23/09/2025	
Tasse de neurones	Jeudi 25/09/2025	

À partir du 29 septembre 2025

Inscription sur RDV : 04 73 33 49 00

