

Programme Séniors

sorties et évènements de septembre à décembre 2020



**EN FONCTION DE L'ÉVOLUTION SANITAIRE,
CERTAINES ACTIVITÉS PEUVENT ÊTRE MODIFIÉES OU ANNULÉES.**

INSCRIPTIONS pour la SEMAINE BLEUE :
les jeudi 3, vendredi 4, lundi 7 et mardi 8 septembre 2020
Inscriptions au Service Séniors **UNIQUEMENT LE MATIN**, de 9h à 11h30
Service Séniors au 9 rue Jean-Jaurès (à côté de la Salle des Fêtes, ancienne trésorerie)

LE PORT DU MASQUE EST OBLIGATOIRE

LUNDI 5 OCTOBRE

.Tournoi de BELOTE

Salle Ronny-Coutteure dès 14h (en équipe)
Gratuit, inscription obligatoire

JEUDI 8 OCTOBRE

. LOTO avec Nicole et Jack

Salle Dédulle - Ouverture des portes à 14h
Gratuit, inscription obligatoire
Droit d'entrée sous forme d' «Auberge espagnole» :
chacun apporte une boisson, un gâteau...

MARDI 6 OCTOBRE

.OCTOBRE ROSE avec Eollis, le Service Politique de la Ville et l'atelier cuisine

- 13h30 : pot d'accueil
- 14h - 16h : différents ateliers en petits
groupes puis échanges et informations
avec tous les groupes, pot de clôture
Salle Ronny-Coutteure
Gratuit, inscription obligatoire



VENDREDI 9 OCTOBRE

.SORTIE : restaurant « Estaminet Palace » repas avec grand spectacle

(et dansant sous réserve)
Départ : 10h30 Retour : vers 20h.
Rendez-vous salle Ronny Coutteure
Tarif : 15 €. Inscription obligatoire

MERCREDI 7 OCTOBRE

. Atelier de Sophrologie avec l'intervenante Carine

*La sophrologie aide à gérer le stress et
l'anxiété, à prendre du recul, à être
mieux dans son corps et dans sa tête...
S'adapte à tous et ne nécessite aucun
matériel particulier.*

(2 séances de 10 personnes)
de 9h à 10h et de 10h30 à 11h30
Salle Ronny-Coutteure
Gratuit, inscription obligatoire

. PÉTANQUE avec Daniel de l'Association Seclinoise de Pétanque

Rendez-vous sur place avec vos boules, à 14h,
Parc des Epoux Rosenberg
Gratuit, inscription obligatoire



du 5 au 10 octobre

Semaine Bleue