

# 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