

Programmation séniors 2022 – 2023

ACTIVITES A TARIFS PREFERENTIELS RÉSERVÉES AUX DÉTENTEURS DE LA CARTE SÉNIORS +

ATELIER GYMNASTIQUE : Améliorer sa forme physique, son hygiène de vie et sa santé dans une logique thérapeutique et de prévention. Encadré par un professionnel spécialisé Activité Physique Adaptée et Santé (APAS) entièrement à l'écoute de vos besoins (Prix 100€ au lieu de 200€)

INSCRIPTIONS AUPRÈS DU BUREAU DE LA MLC

Tous les lundis	14h30 à 16h	MLC
-----------------	-------------	-----

PARTAGE DES SAVOIRS : Se retrouver autour d'intérêts communs : bricolage, loisirs créatifs... pour apprendre à faire ensemble (5€/séance)

INSCRIPTIONS AUPRÈS DU BUREAU DE LA MLC

Les vendredis : 23/09 - 10/03 et 2/06	14h à 16h30	MLC
---------------------------------------	-------------	-----

NOS GRANDS-MERES ONT DU TALENT : Envie de faire découvrir une de vos recettes ! Venez animer un atelier cuisine, un livre de recettes sera édité à la fin de la saison (5 € la séance)

INSCRIPTIONS AUPRÈS DU BUREAU DE LA MLC

Une fois par mois à partir du 20/10	16h	MLC
-------------------------------------	-----	-----

LOTOS GOURMANDS : Venez gagner de bons produits tout en vous amusant ! (7€ le carton)

21/10 - 24/02 4/05 - 23/06	MLC	14h - 16h30
-------------------------------	-----	-------------

SORTIES EXCEPTIONNELLES

INSCRIPTIONS AUPRÈS DU BUREAU DE LA MLC

Le dimanche 13/11 ou 20/11/2022	Env. 80€	Cabaret de Roanne
Jeudi 1/06/2023	Env. 40€	Repas

VOYAGE SURPRISE DES CAFES SENIORS : Destination Surprise!

INSCRIPTIONS AUPRÈS DU BUREAU DE LA MLC

Le 29 juin 2023		
-----------------	--	--

AUTRES ACTIVITÉS MUNICIPALES GRATUITES pour tous les plus de 75 ans

SUR INSCRIPTION EN MAIRIE AUPRÈS DU CCAS

DISTRIBUTION DES COLIS DE NOEL

Samedi 17 décembre 2022	9h-11h30	Salle des fêtes et MLC
-------------------------	----------	------------------------

REPAS DE PRINTEMPS

Jeudi 11 mai 2023	12h	Salle des fêtes
-------------------	-----	-----------------

FÊTE DES MERES—DISTRIBUTION DE PLANTES

Samedi 27 mai 2023	9h-11h30	Salle des fêtes et MLC
--------------------	----------	------------------------

CARTE SÉNIORS + 2022-2023

Dédiée aux personnes domiciliées à Fontaines- Sur-Saône (sur justificatif de domicile) âgées de 65 ans ou plus ou retraitées à partir de 60 ans (sur justificatif de retraite).
Photo d'identité obligatoire pour établir la carte.

Coût : 12€

Téléphone Mairie : 04 72 42 95 95

Téléphone MLC : 04 78 23 56 03

Pour des raisons liées aux conditions sanitaires, des modifications ou annulations peuvent intervenir.

COVOITURAGE AVEC LA CHAÎNE DU SOURIRE 🚗 🚗 🚗

Les bénévoles citoyens proposent de vous covoiturer pour vous rendre sur les lieux de certaines activités (marquées par l'icône 🚗 sur le programme) Téléphoner exclusivement à :

Maryse DREVON : 06 10 78 87 47

Activités Séniors 2022-2023

(À conserver)

Sous réserve de modifications selon les conditions sanitaires



Programmation séniors 2022 – 2023

Carte séniors + Activités gratuites - entrée libre

AUTOUR D'UN CAFÉ : venez passer un moment sympathique autour d'un café, de petits gâteaux, et d'animations nouvelles et variées. Vous pouvez inviter une personne qui ne dispose pas de la carte : offre découverte valable une fois.

Marronniers Un jeudi par mois	8 septembre	14h	MLC	
	13 octobre			
	10 novembre			
	8 décembre			
	12 janvier			
	2 février			
	9 mars			
	6 avril			
	4 mai			
	8 juin			

FILMS DOCUMENT TERRE (Ciné-conférences)

Zanzibar au féminin	Mercredi 23 novembre	15h	Espace Ronzières	
Sur les chemins d'Iran	Jeudi 12 janvier			
La perle de l'Adriatique	Jeudi 23 février			
Petit jardin sur terres arides	Jeudi 16 mars			
Ladakh	Jeudi 27 avril			

Carte séniors +

Activités gratuites sur inscription

ATELIERS CUISINE : venez cuisiner dans la bonne humeur un repas partagé pour confectionner des plats originaux à déguster dans une ambiance conviviale.

INSCRIPTIONS 15 JOURS AVANT AUPRÈS DE LA MLC. LIMITÉ À 45 PERSONNES

3 Vendredis dans l'année	25 novembre	10h	Espace Ronzières	
	30 mars			
	22 juin			

BIJOUX EN PAPIER : Venez fabriquer vos bijoux avant les fêtes !

INSCRIPTIONS AU BUREAU DE LA MLC

Jeudi 1er décembre	MLC
Jeudi 25 mai	

GOUTER DE NOËL AVEC LES ENFANTS

PLACES LIMITÉES. INSCRIPTIONS AUPRÈS DE LA MLC

Mercredi 14 décembre

JEUX DE SOCIÉTÉ : SCRABBLE ET JEUX DE CARTE

22 septembre	14h	MLC
14 octobre		
18 novembre		
9 décembre		
20 janvier		
3 février		
17 mars		
7 avril		

JEUX DE SOCIÉTÉ : SCRABBLE ET JEUX DE CARTE (SUITE)

12 mai	14h	MLC
16 juin		

MARCHE SANTÉ : Rendez-vous à partir de 13h30 les vendredis ci-dessous, devant la MLC, pour faire une marche ensemble.

16 septembre	De 13h30 à 15h00	MLC
30 septembre		
2 décembre		
16 décembre		
6 janvier		
13 janvier		
3 mars		
24 mars		
26 mai		
9 juin		

Carte seniors + Réductions

Spectacle MLC	Tarifs réduits de 50% sur les spectacles de la MLC	Salle des fêtes
Festival Saône en Scènes	Tarif réduit à 8€ (au lieu de 15€) pour 1 spectacle au choix parmi les 13 spectacles proposés du 4 au 27 novembre 2022	Dans 13 communes du Val de Saône