

Pour vous inscrire aux activités et sorties

L'inscription à l'espace Sénior d'Avallon est ouverte à toutes les personnes âgées de plus de 60 ans. Elle est **GRATUITE**.

Transport à domicile possible à la demande pour les activités.

Les inscriptions aux activités et au transport pour s'y rendre doivent se faire 4 jours ouvrables avant la date prévue.

Pour les sorties extérieurs les délais sont d'une semaine.

Nouveau :

Gym douce tous les mardis de 10h30 à 11h30 à l'espace sénior hors vacances scolaires. Adhésion 30 € par an. (1€ la séance).

Les échappées gourmandes des séniors une fois tous les deux mois. (covoiturage assuré entre participant).

Info tarifs :

Les ateliers et les sorties à Avallon sans droit d'entrée sont gratuits

Préparation repas ensemble : 10 €

Sortie extérieure à Avallon (sans droit d'entrée) : 3 €

Sortie extérieure à Avallon (avec droit d'entrée) : 15 €

Sortie à Avallon (avec droit d'entrée) : 10 €

Sortie cinéma : 5 € par personne

Atelier cuisine : 0,50 € la part

Sortie à Paris : 10 € par personne

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à vous adresser à :

L'espace Sénior de la ville d'Avallon

Maison du Bois Gargan
(quartier des Chaumes)
2, avenue Pierre Vigoureux
89200 AVALLON

Tél. 03.86.33.52.68/06.03.34.03.59

mail : espace.senior@ville-avallon.fr

site internet : www.ville-avallon.fr



Marianne est à votre écoute
et à votre service

Horaires d'ouverture

Lundi et mercredi :
de 9h à 12h30 et de 14h à 17h
Mardi et jeudi : de 9h à 12h30
Vendredi : de 14h à 17h

L'Espace Sénior de la ville d'Avallon



**JUILLET
AOUT
SEPTEMBRE
2018**

Avallon
...passionnément

JUILLET

Lundi 2 juillet de 14h à 17h

Atelier esthétique
Espace sénior

Jeudi 5 juillet de 10h à 11h30

1^{ère} rencontre intergénérationnelle
avec le relais assistantes maternelle
Rendez-vous au centre de loisirs
1,2,3 Soleil

Vendredi 6 juillet de 8h45 à 21h

Enregistrement de l'émission «
N'oubliez pas les paroles » à Paris,
pique-nique pour le soir, avec le
centre social
Rendez-vous à l'espace sénior,
participation 10 €

Lundi 9 juillet de 10h à 18h

Dijon plage, pique-nique sorti du
sac, avec le centre social et la
maison d'enfants
Rendez-vous à l'Espace Sénior,
participation 3 €

Jeudi 12 juillet de 11h à 17h30

Atelier décoration avec le comité de
la grande St Vincent Tournante de
Bourgogne à Vézelay, pique-nique
sorti du sac
Rendez-vous à l'Espace sénior,
participation 3 €

Lundi 16 juillet de 14h à 17h

Visite du musée de l'Avallonnais,
avec la maison d'enfants
Rendez-vous devant le musée

Jeudi 19 juillet de 9h à 18h

Musée des nourrices Alligny-en-Morvan,
avec le centre social et pique-nique
aux Settons avec la maison d'enfants
Rendez-vous à l'espace sénior,
participation 15 €

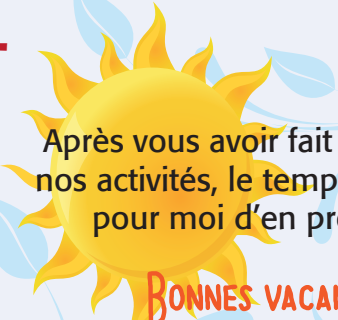
Lundi 23 juillet de 14h à 17h

Atelier décoration avec le comité de
la grande St Vincent Tournante de
Bourgogne
Espace Sénior

Jeudi 26 juillet de 15h à 22h

Atelier cuisine et veillée barbecue
L'Orangerie, espace Victor-Hugo
Participation 5 € (paiement au centre
social)

AOUT



Après vous avoir fait découvrir
nos activités, le temps est venu
pour moi d'en profiter.

**BONNES VACANCES
À TOUTES ET À TOUS**

SEPTEMBRE

Lundi 3 septembre de 14h à 17h

Atelier esthétique
Espace Sénior

Mardi 4 septembre de 10h30 à 11h30

Gym Douce, animée par l'ODSSA
Espace sénior

Jeudi 6 septembre de 14h à 17h

Atelier décoration avec le comité de
la grande St Vincent Tournante de
Bourgogne
Espace Sénior

Lundi 10 septembre de 12h à 14h

Les échappées gourmandes des
séniors
Lieu et prix à définir
Après-midi jeux de société
Espace sénior

**Mardi 11 septembre de 10h30 à
11h30**

Gym Douce, animée par l'ODSSA
Espace sénior

Jeudi 13 septembre de 9h30 à 18h

Sortie Hospices de Beaune et de la
Moutarderie, pique-nique sorti du
sac
Rendez-vous à l'espace sénior,
participation 15 €

Lundi 17 septembre de 14h à 17h

Atelier décoration avec le comité de
la grande St Vincent Tournante de
Bourgogne
Espace sénior

**Mardi 18 septembre de 10h30 à
11h30**

Gym Douce, animée par l'ODSSA
Espace sénior

Jeudi 20 septembre de 14h à 18h

Sortie bowling à Auxerre, avec les
résidents de l'Ehpad d'Avallon
Départ Espace Sénior
Participation 15 €

Lundi 24 septembre de 14h à 17h

Sortie cinéma, film à définir
Cinéma Le Vauban, participation 5 €

**Mardi 25 septembre de 10h30 à
11h30**

Gym Douce, animée par l'ODSSA
Espace sénior

Jeudi 27 septembre de 9h à 18h

Fêtons l'Automne et vos anniversaires
Préparation ensemble à l'Espace
Victor-Hugo
Participation de 10 €