

## 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*).

**Théâtre** tous les mercredis de 15h30 à 17h

### 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 aux Rousses : 43 €**

**Sortie cinéma : 5 € par personne**

**Atelier cuisine : 0,50 € la part**

## 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. 03.86.33.52.68/06.15.03.55.70

mail : [espace.senior@ville-avallon.fr](mailto:espace.senior@ville-avallon.fr)

site internet : [www.ville-avallon.fr](http://www.ville-avallon.fr)



Marianne est à votre écoute  
et à votre service

### Horaires d'ouverture

Lundi, mercredi et jeudi :  
de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Mardi : de 9h à 12h30

# L'Espace Sénior de la ville d'Avallon



**JANVIER  
FÉVRIER  
MARS  
2019**

**Avallon**  
...passionnément

## JANVIER

**Jeudi 10 janvier de 14h à 17h**  
Rangement décorations de Noël  
Espace Sénior

**Lundi 14 janvier de 12h30 à 18h**  
Visite du Cassissium, à Nuits Saint Georges avec le centre social et l'UNA  
Départ Espace Sénior, participation 15 €

**Mercredi 16 janvier de 14h à 17h**  
Galette des rois avec la maison d'enfants  
Maison d'enfants la grande Chaume

**Jeudi 17 janvier de 14h à 17h**  
Atelier esthétique  
Espace Sénior

**Lundi 21 janvier de 14h à 17h**  
Sortie cinéma, film à définir  
Cinéma Le Vauban, participation 5 €

**Jeudi 24 janvier de 14h à 17h**  
Atelier cuisine, avec l'UNA  
L'Orangerie, espace Victor-Hugo,  
Participation 0,50 € la part

**Lundi 28 janvier de 10h à 18h**  
Sortie soldés à Dijon, avec le Centre Social et l'UNA.  
Départ Espace Sénior, participation 3 €

**Jeudi 31 janvier de 15h à 22h**  
Fêtons l'hiver et vos anniversaires  
Préparation ensemble à 15h à l'Espace Victor Hugo.  
Participation 10 €

## FÉVRIER

**Lundi 4 février de 14h à 17h**  
Atelier esthétique  
Espace Sénior

**Mercredi 6 février de 14h à 17h**  
Pièce de Théâtre avec les Genêts et débat ouvert à tous  
Espace Sénior

**Jeudi 7 février de 14h à 17h**  
Jeux de société  
Espace Sénior

**Lundi 11 février de 14h à 17h**  
Atelier crochet  
Espace Sénior

**Jeudi 14 février de 14h à 18h**  
Chandeleur avec l'UNA  
Espace Sénior

**Lundi 18 février de 14h à 17h**  
Activité Loto avec l'Ehpad, l'Una et le Centre social  
Espace Sénior

**Mercredi 20 février de 5h30 à 21h30**  
Sortie aux Rousses (Jura)  
Départ Centre Social, participation 43 € places limitées

**Lundi 25 février de 14h à 16h**  
Sortie cinéma, film à définir  
Cinéma Le Vauban, participation 5 €

**Mercredi 27 février de 14h à 17h**  
Chandeleur avec la maison d'enfants  
Espace Sénior

**Vendredi 28 février de 14h à 17h**  
Fêtons vos anniversaires  
Espace Sénior

## MARS

**Lundi 4 mars de 14h à 17h**  
Atelier esthétique  
Espace Sénior

**Jeudi 7 mars de 14h à 20h**  
Sortie Thé dansant, paiement 13 € sur place  
Départ Espace Sénior, participation 3 € trajet

**Lundi 11 mars de 14h à 17h**  
Atelier crochet  
Espace Sénior

**Mercredi 13 mars de 14h à 15h30**  
Jeux de société avec la maison d'enfants  
Espace Sénior

**Jeudi 14 mars de 13h30 à 17h**  
Sortie Château de Bussy-Rabutin  
Départ Espace Sénior, participation 15 €

**Lundi 18 mars de 14h à 17h**  
Atelier crochet  
Espace Sénior

**Jeudi 21 mars de 14h à 17h**  
Fêtons le printemps avec un bal  
Invité par l'Ehpad, places limitées

**Lundi 25 mars de 14h à 16h**  
Sortie cinéma, film à définir  
Cinéma Le Vauban, participation 5 €

**Mercredi 27 mars de 14h à 15h30**  
Jeux de société avec la maison d'enfants  
Espace Sénior

**Jeudi 28 mars de 9h à 17h**  
Fêtons le Printemps et vos anniversaires  
Préparation ensemble avec le centre social et l'UNA à l'Espace Victor-Hugo  
Participation 10 €