

PROGRAMME JANVIER 2012

Bonne et heureuse année à tous

*Permanences du bureau
du lundi au vendredi : 10h-12h / 14h-18h*

Randonnées pédestres (le lundi / départ des Cèdres)

Tous les détails sur tableau d'affichage et site Internet

Certificat médical de moins de 3 mois obligatoire

→ Grandes et moyennes marches détails sur tableau affichage :

Le 2 DENICE Départ 8h30

Le 9 GLEIZE Départ 8h30

Le 16 sans bus LES MONTS D'OR Départ 8h30

Le 23 sans bus ST ANDRE LE BOUCHOUX Départ 9h00

Le 30 ST ETIENNE LA VARENNE Départ 8h30

MARCHES SUPPLEMENTAIRES LE JEUDI Départ des Cèdres à 8h00

Les jeudis 12 ET 26

Les personnes intéressées doivent le dire le lundi précédent (mail, tél..)

→ Petites marches (retour pour environ midi) Départ à 9H00

Tous les détails du trimestre sur tableau d'affichage et site Internet

Le 9 CIRCUIT DES CHATEAUX

Le 16 REPAS RANDONNEURS (ou Le 09)

Le 23 SENTIER DES BUIS à COGNY

Aquagym (piscine Gabriel Mercier) Certificat médical - de 3 mois

Coût annuel 135€ pour Trévoux / 150€ pour l'extérieur

Le mardi de 12h30 à 13h30

Le vendredi de 12h30 à 13h30

Reprise le mardi 3 janvier

Yoga seniors :

Coût annuel : 120€ pour Trévoux / 135€ pour l'extérieur

Le Jeudi à 9h45 cours tonique et à 11h cours doux

Reprise le jeudi 5 janvier

Qi Gong : Coût annuel : 81€ pour Trévoux / 90€ pour l'extérieur

Le mardi de 11h à 12h salle Paul Desplaces

Le mercredi de 9h à 10h salle Paul Desplaces

Reprise le mardi 3 janvier

Atelier culturel : Mardi 03 janvier à 14h30

Thème : « Chacun son objet symbolique »

Tarot / Scrabble : le mardi à 14h30. Nous recherchons toujours des joueurs pour reformer des groupes !

Atelier tricot :

Tous les mercredis à partir de 17h30 jusqu'à 20h

et le 2^{ème} mercredi de chaque mois à partir de 14h30 jusqu'à 20h

REPAS MENSUEL (15€): Mercredi 25 janvier

Inscription jusqu'au jeudi 19 janvier

Conversation en Anglais : Coût annuel : 180€ pour tous

Détail sur site Internet et sur tableau d'affichage

Le lundi de 9h00 à 10h30 et de 10h30 à 12h et de 17h30 à 19h

Le cours du 02/01 est reporté au mercredi 04/01

Cours commun à 10h pour le 1^{er} et 2^{ème} groupe

Pas de cours à 17h30 reprise le 09/01 à 17h30

Atelier informatique : Coût annuel 150€ pour tous

Détail sur site Internet et sur tableau d'affichage

Le lundi de 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h

Le jeudi de 18h à 19h30

Le vendredi de 14h à 15h30

Reprise le 09 janvier

Atelier mémoire : Coût annuel 50€

9h/10h30 et 10h30/12h

Vendredis 06 et 20 janvier

Nouveauté : un atelier de peinture sur bois le vendredi

Plus de renseignements au bureau

● 14h00 pour les confirmés

● 16h00 pour les débutants

Cinéma (12€) : Mercredi 11/01 Départ des Cèdres à 13h45

Choix du film communiqué ultérieurement sur tableau d'affichage

Théâtre Tête d'Or à Lyon (42€) Départ de la salle des fêtes à 13h15

Vendredi 06 janvier « Un mari idéal » d'Oscar WILDE

Connaissance du monde (12€ départ des Cèdres à 13H15)

Inscriptions jusqu'au 5 janvier

→ Lundi 16 janvier : La Libye

→ Lundi 23 janvier : La nouvelle Calédonie en présence d'Antoine.

Ces 2 séances ne peuvent être dissociées.

Sortie : le mercredi 4 janvier visite de Oingt (et ses crèches)

Départ à 11h15. Coût 25 à 30€ suivant proposition restaurant à venir.

Inscription et règlement le lundi 2 janvier.

Rendez-vous divers :

Samedi 14 janvier de 9h à 11h aux Cèdres :

Atelier cuisine organisé par l'association Rencontres & Vous

Contact : info@rencontres-et-vous.net / 06 38 17 22 61

Club de Bridge : le vendredi à 14h

Club Sourire Ensemble : le jeudi à 13h30

Chorale du club : le mardi à 15h. Reprise le 10/01

Patchwork : les 1^{er} (10h-17h) et 3^{ème} (14h-17h) mercredis du

mois et les mardis 2^{ème} et 4^{ème} du mois (14h-17h)

Permanences :

ADAPA (aide à domicile) : lundi 9h-11h

VAL DE SAONE DOMBES SERVICES (aide à domicile) : jeudi 14h à 17h

CIFF (informations juridiques) : le 1^{er} mardi du mois 9h-12h