

FOYER MUNICIPAL DES RETRAITÉS

68 RUE DE L'ÉCOLE DU PARC - 34400 LUNEL

TÉLÉPHONE SECRÉTARIAT : 04 67 87 83 99

PROGRAMME TRIMESTRIEL JANVIER - FEVRIER - MARS 2019



LE MOT DE MONSIEUR LE MAIRE.....	PAGE 1
INFORMATIONS PRATIQUES.....	PAGE 2
LES SERVICES.....	PAGE 3
VOTRE SEMAINE.....	PAGE 4
VOTRE AGENDA DE JANVIER.....	PAGES 5 et 6
VOTRE AGENDA DE FEVRIER.....	PAGES 6 et 7
VOTRE AGENDA DE MARS.....	PAGES 8 et 9



Chères amies, chers amis,

Chaque année, le Foyer des retraités a le plaisir de vous offrir des services de proximité et de vous proposer des animations utiles, ludiques et variées.

Vous permettre de passer d'agréables moments de rencontres et de partage au sein du Foyer ainsi qu'en extérieur est une priorité.

Cette fois encore, la Ville de Lunel vous propose des animations culturelles, sportives, récréatives ou encore intergénérationnelles tout au long de l'année.

Il est toujours utile de pratiquer quelques exercices qui permettent d'entretenir la mémoire. Il est également fort agréable de participer à des moments de convivialité tels que les repas dansants ou les spectacles variés. Force est de constater que les activités de maintien en forme et les sorties pédestres rencontrent un fort succès.

Parmi les activités du 1^{er} trimestre, vous aurez tout le loisir de fêter l'Epiphanie [le mercredi 23 janvier](#) **et la Saint Valentin** [le jeudi 14 février 2019](#).

A noter également, l'accueil des nouveaux adhérents de l'année 2018, à l'issue de l'Assemblée Générale, [le mercredi 20 mars 2019](#).

Je vous laisse le soin de feuilleter le programme pour découvrir le panel d'activités qui vous attend.

Je profite de cette tribune pour remercier l'ensemble du personnel du Foyer pour leur professionnalisme et le dévouement dont chacun fait preuve et toujours avec le sourire.

L'équipe municipale se joint à moi pour vous présenter ses meilleurs voeux pour cette année 2019.

Lunel grandit et s'inscrit dans l'avenir tout en conservant son identité.

Avec toute mon amitié,

Claude Arnaud,
Maire de Lunel
Président de la CC du Pays de Lunel.

LE FOYER EST UN LIEU DE DISTRACTIONS ET D'ANIMATIONS

HORAIRES D'OUVERTURE
DU LUNDI AU VENDREDI
DE 9 H 00 à 18 H 00

ANIMATIONS

CULTURELLES



INTERGÉNÉRATIONNELLES

SPORTIVES



MANUELLES



RÉCRÉATIVES



ACCUEIL AU SECRÉTARIAT TOUS LES JOURS
DE 9 H 00 à 12 H 00
ET DE 13 H 45 à 17 H 30

CONDITIONS POUR ÊTRE MEMBRE :

- Être retraité ;
- Être domicilié à Lunel ;
- Sont également, admis conformément au règlement intérieur, les résidents de la communauté des communes du pays de Lunel.

LORS DE L'ADHÉSION, SE MUNIR :

- De 18,00 EUROS pour les retraités Lunellois ;
- De 26,00 EUROS pour les extérieurs ;
Paiement en espèces ou en chèque libellé au Trésor Public.
- D'une pièce d'identité ;
- De deux photos récentes ;
- Un justificatif de domicile.

Il vous sera délivré une carte de membre signée par MONSIEUR LE MAIRE.

LES SERVICES

RESTAURATION

SERVICE RESTAURATION DE MIDI DU LUNDI AU VENDREDI
(TARIFS CALCULÉS SELON REVENUS)
LA FACTURATION DES REPAS EST EFFECTUÉE CHAQUE FIN DU MOIS

PIÈCES À FOURNIR LORS DE L'INSCRIPTION :

- DERNIER AVIS D'IMPOSITION
OU DE NON IMPOSITION.
- JUSTIFICATIFS DES CAISSES DE RETRAITES.
- NOTIFICATION CAF CONCERNANT L'ALLOCATION LOGEMENT OU
L'APL
- QUITTANCE DE LOYER.



TRANSPORT

LE SERVICE TRANSPORT, POUR SE RENDRE AU FOYER, EST RÉSERVÉ AUX SEULS
ADHÉRENTS DU FOYER RÉSIDANT A LUNEL :

Tarif : **7,35 EUROS les 5 trajets aller-retour**

- LES HORAIRES JOURNALIERS : 10H30 – 13H30 et 17H00
- LES TICKETS DE TRANSPORT SONT VENDUS AU
SECRÉTARIAT.



SOCIAL

VISITES AUX ADHÉRENTS MALADES :

- TOUTES LES SEMAINES, UNE ÉQUIPE DE RETRAITÉS REND
VISITE AUX ADHÉRENTS MALADES SIGNALÉS AU SECRÉTARIAT.



VOTRE SEMAINE

LUNDI

- 9H30 à 10H30 : **MAINTIEN EN FORME.** (LICENCE + ASSURANCE 27€)
- 10H30 à 11H30 : **MAINTIEN EN FORME.** (LICENCE + ASSURANCE 27€)
- 14H00 **RELIURE.** (GRATUIT).
- 14H00 **ATELIER THÉÂTRE.** (GRATUIT).
- 14H00 **CONCOURS DE BELOTE ÉQUIPES MONTÉES.**
(PARTICIPATION 2,70 €).

MARDI

- 9H30 à 11H30 **RÉPÉTITION DE LA CHORALE.** (GRATUIT).
- 14H45 **LOTO.** (0,80€ LE CARTON).

MERCREDI

- 10H00 **ATELIER MEMOIRE** (UNE FOIS PAR MOIS – GRATUIT).
- 14H30 **SCRABBLE.** (UNE FOIS PAR MOIS - GRATUIT).
- 14H00 **COURS DE DESSIN ET PEINTURE ARTISTIQUE.** (GRATUIT).
- 14H30 à 15H30 **COURS DE COUNTRY.** (GRATUIT).
- 14H00 **COURS DE COUTURE ET TRICOT.** (GRATUIT).
- 14H00 **TAROT.** (GRATUIT).
- 16H00 **RÉPÉTITION CHORÉGRAPHIES.** (GRATUIT).

JEUDI

- 8H15 ou 8H30 **RANDONNEES PEDESTRES** (LICENCE + ASSURANCE 27€)
- 14H00 **RAMI.** (GRATUIT).
- 14H00 **CONCOURS DE BELOTE A LA MÊLÉE.** (PARTICIPATION 2,70€)
- 14H00 **PEINTURE SUR TISSUS ET COUTURE.** (GRATUIT).
- 14H00 **BIBLIOTHEQUE.** (GRATUIT).
- 14H00 **TRAVAUX MANUELS.** (GRATUIT).

VENDREDI

- 9h30 à 10h30 : **MAINTIEN EN FORME.** (LICENCE + ASSURANCE 27€).
- 10H30 à 11H30 : **MAINTIEN EN FORME.** (LICENCE + ASSURANCE 27€)
- 14H00 **TAROT** (GRATUIT).
- 14h30 – 15h45 **DANSES EN LIGNE** (GRATUIT).
- 16H00 **RÉPÉTITION CHORÉGRAPHIES.** (GRATUIT).

VOTRE AGENDA

JANVIER

Les VENDREDIS 4 et 18 JANVIER

Au Foyer : 14H30 à 15H45

COURS DE DANSES EN LIGNE

(Bachata – Madisson – Cumbia semana)

MERCREDI 9 JANVIER

14h30 au foyer



JEUX D'ESPRIT « **SCRABBLE** » animé par Jacky CALVO

MERCREDI 16 JANVIER

10H00 au Foyer : ATELIER MÉMOIRE.

Animé par Nicole Larjarthe-Calvas.

Gratuit.

Jeux, Enigmes, Mémorisation, Concentration.....

Des exercices pour entretenir et améliorer la mémoire



MERCREDI 23 JANVIER

14h30 Salle Georges Brassens

« FÊTE DE L'ÉPIPHANIE »



GOÛTER ET GRAND BAL

Avec l'orchestre « GROUPE DYNAMIC »

Audrey et Jeremy

Participation : 10 € pour les adhérents

13 € pour les non-adhérents

Inscriptions au secrétariat jusqu'au vendredi 18 janvier 2019.

VENDREDI 25 JANVIER

14H00 à 17h00 AU FOYER

KARAOKE animé par Jean-Paul MANDALLENA

Divertissement musical qui invite à pousser la chansonnette en suivant les paroles sur un écran.



VOTRE AGENDA
DE FEVRIER

Les VENDREDIS 8, 15 et 22 FEVRIER

Au Foyer : 14H30 à 15H45

COURS DE DANSES EN LIGNE

(Bachata – Madisson – Cumbia semana)

JEUDI 14 FEVRIER



12H00 Salle Georges Brassens



REPAS DE LA SAINT VALENTIN

Animé par L'ORCHESTRE « SARDI SIXTIES »

Ambiance musette, Rock et Danses en lignes

Participation : 20€ pour les adhérents

23€ pour les non-adhérents

Inscriptions au secrétariat jusqu'au vendredi 8 février 2019.

MERCREDI 20 FEVRIER

10H00 au Foyer : ATELIER MÉMOIRE.

Animé par Nicole Larjarthe-Calvas.

Gratuit.

Jeux, Enigmes, Mémorisation, Concentration.....

Des exercices pour entretenir et améliorer la mémoire



VENDREDI 22 FEVRIER

14H00 à 17h00 AU FOYER

KARAOKE animé par Jean-Paul MANDALLENA

Divertissement musical qui invite à pousser la chansonnette en suivant les paroles sur un écran.



MERCREDI 27 FEVRIER

14h30 au foyer

JEUX D'ESPRIT « **SCRABBLE** » animé par Jacky CALVO



VOTRE AGENDA DE MARS

Les VENDREDIS 1, 8, 15 et 22 MARS

Au Foyer : 14H30 à 15H45

COURS DE DANSES EN LIGNE

(Bachata – Madisson – Cumbia semana)

MERCREDI 13 MARS

10H00 au Foyer : ATELIER MÉMOIRE.

Animé par Nicole Larjarthe-Calvas.

Gratuit.

Jeux, Enigmes, Mémorisation, Concentration.....

Des exercices pour entretenir et améliorer la mémoire



MERCREDI 20 MARS

14h00 au Foyer

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE

15h00 au Foyer

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE EXTRAORDINAIRE



**SUIVI DE L'ACCUEIL DES NOUVEAUX ADHÉRENTS ET D'UN
COCKTAIL SERVI EN LEUR HONNEUR**

VENDREDI 22 MARS

14h30 au foyer



JEUX D'ESPRIT « **SCRABBLE » animé par Jacky CALVO**



MERCREDI 27 MARS

14H30 SALLE GEORGES BRASSENS

GOUTER DANSANT



Animé par L'ORCHESTRE MELODY'S

Participation : 10€ pour les adhérents.

13€ pour les non-adhérents

Inscriptions au secrétariat jusqu'au vendredi 22 mars 2019 .

VENDREDI 29 MARS

14H30 à 17h00 AU FOYER

KARAOKE animé par Jean Paul MANDALLENA

Divertissement musical qui invite à pousser la chansonnette en suivant les paroles sur un écran.

