

PROGRAMME TRIMESTRIEL
JANVIER - FÉVRIER - MARS 2023

Meilleurs
Voeux 2023



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

INFORMATIONS PRATIQUES

HORAIRES D'OUVERTURE
DU LUNDI AU VENDREDI
DE 9 H 00 à 12 H 00
ET DE 13 H 45 à 17 H 30

Possibilité de laisser un message sur le répondeur au 0467878399
ou par courriel : foyer@ville-lunel.fr

LES ACTIVITÉS ET ANIMATIONS

CULTURELLES Reliure, Bibliothèque, Atelier mémoire

LUDIQUES Belote, Tarot, Loto, Rami, Scrabble

CRÉATIVES Travaux manuels, Couture, Tricot, Dessin, Peinture

ARTISTIQUES Chorale, Théâtre, Cours de danses en ligne, Cours de Country

SPORTIVES Maintien en forme, Randonnées

Conditions pour participer aux activités sportives :

- Certificat médical de – 3 mois
- S'acquitter de la licence sportive de 30 €

ACTIONS INTERGÉNÉRATIONNELLES ET PARTENARIATS

DIVERTISSEMENTS : REPAS DANSANTS – THÉ DANSANTS – SPECTACLES -

CONDITIONS POUR ÊTRE MEMBRE

- ° Être retraité,
- ° Être domicilié à Lunel ou être résident de la CCPL (conformément au règlement intérieur),
- ° S'acquitter de l'adhésion
 - De 19,10€ pour les retraités Lunellois ;
 - De 27,60€ pour les retraités CCPL ;
- ° D'une pièce d'identité,
- ° De deux photos récentes,
- ° D'un justificatif de domicile.

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

LES SERVICES



SERVICE RESTAURATION DE MIDI DU LUNDI AU VENDREDI

PIÈCES À FOURNIR LORS DE L'INSCRIPTION :

- ° Dernier avis d'imposition ou de non-opposition
- ° Notification CAF concernant l'allocation logement
- ° Quittance de loyer
- ° RIB si vous souhaitez le prélèvement

(Tarifs calculés selon les revenus)

La facturation des repas est effectuée chaque fin de mois

Revenus < à 917€.....	5,70€
Revenus 917€ à 1177€.....	7,50€
Revenus > 1177€.....	8,70€
Invités.....	11,65€
Non résidents de Lunel.....	12,95€

TRANSPORT

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

7,80 € les 5 trajets aller-retour

- ° LES HORAIRES JOURNALIERS : 10H30 – 13H30 et 17H00

- ° LES TICKETS DE TRANSPORT SONT VENDUS AU SECRÉTARIAT



VOTRE SEMAINE

LUNDI

- 10H00 à 11H00 : **ATELIER MÉMOIRE** (Une fois par mois - Gratuit).
- 10H00 à 11H00 : **ATELIER LUDIQUE** (deux fois par mois – Gratuit).
- 14H00 à 17H00 : **RELIURE.** (Gratuit).
- 14H00 à 17H00 : **ATELIER THÉÂTRE.** (Gratuit).
- 13H45 à 17H30 : **CONCOURS DE BELOTE ÉQUIPES MONTÉES.**(2,70€).

MARDI

- 9H30 à 11H30 : **RÉPÉTITION DE LA CHORALE.** (Gratuit).
- 9H30 à 11H30 : **ATELIER INFORMATIQUE.** (Gratuit-Inscriptions au secrétariat).
- 14H45 à 16H30 : **LOTO.** (0,80€ Le carton).

MERCREDI

- 9H30 à 10H30 ou 10H30 à 11H30 : **MAINTIEN EN FORME.**
- 14H00 à 15H00 : **COURS DE COUNTRY.**
- 15H00 à 16H00 : **COURS DE DANSES EN LIGNE** (débutants).
- 16H00 à 17H00 : **COURS DE DANSES EN LIGNE** (confirmés).
- 14H30 à 17H00 : **JEUX D'ESPRIT** : rami, mots fléchés, rummikub, belote (Gratuit).
- 14H30 à 17H00 : **JEUX D'ESPRIT: SCRABBLE** (1 fois par mois)
- 14H00 à 17H00 : **COURS DE DESSIN ET PEINTURE ARTISTIQUE.** (Gratuit).
- 14H00 à 17H00 : **COURS DE COUTURE ET TRICOT.** (Gratuit).
- 14H00 à 17H30 : **CONCOURS DE PETANQUE**

JEUDI

- 8H15 : **RANDONNÉES.** Départ 8h30 du Foyer.
- 13H45 à 17H30 **CONCOURS DE BELOTE ÉQUIPES MONTÉES.** (2,70€).
- 14H00 à 17H00 : **COUTURE.** (Gratuit).
- 14H00 à 17H00 : **BIBLIOTHÈQUE.** (Gratuit).
- 14H00 à 17H00 : **TRAVAUX MANUELS.** (Gratuit).

VENDREDI

- 9H30 à 11H30 : **ATELIER INFORMATIQUE.**
- 9H30 à 10H30 ou 10h30 à 11h30: **MAINTIEN EN FORME.**
- 13H45 à 17H30 :**TAROT.**(2,70€).
- 14H30 à 17H00 : **JEUX D'ESPRIT** : rami, mots fléchés, rummikub, belote.....(Gratuit)
- 14H00 à 15H00 : **COURS DE COUNTRY.** (Gratuit).
- 15H00 à 16H00 : **DANSES EN LIGNES.** Cours débutants (Gratuit).
- 16H00 à 17H00 : **DANSES EN LIGNES.** Cours confirmés (Gratuit).
- 14H00 à 17H00 : **KARAOKE** (une fois par mois).

VOTRE AGENDA DE JANVIER

MERCREDI 4,11,18 et 25 JANVIER

VENDREDI 6, 13 et 20 JANVIER

Au Foyer :

14H00 à 15H00 ; Cours de Country débutants et confirmés

15H00 à 16H00 : Cours de danses en ligne débutants

16h00 à 17H00 : Cours de danses en ligne confirmés

LUNDI 9 et 30 JANVIER

10H00 au foyer

**JEUX ET ACTIVITÉS LUDIQUES
POUR TRAVAILLER SON ESPRIT EN S'AMUSANT.**



LUNDI 9 JANVIER

14H00 : Séance Intergénérationnelle

Les membres de l'atelier reliure accueilleront un groupe d'élèves du Lycée Victor Hugo dans le cadre d'un projet éducatif.

Thème : Histoire du Livre

Démonstration et confection de papier peint à la Cuve.

MERCREDI 11 JANVIER

14h30 au foyer

JEUX D'ESPRIT

« SCRABBLE »



JEUDI 12 JANVIER

14H00 : Séance Intergénérationnelle

Les membres des activités couture et travaux manuels accueilleront un groupe d'élèves du lycée Victor Hugo dans le cadre d'un projet éducatif.

Thème : Confection d'objets décoratifs.



LUNDI 16 JANVIER

14h30 Salle Georges Brassens

« FÊTE DE L'ÉPIPHANIE »



GOÛTER DANSANT
Avec l'Orchestre « MELODY'S »

Participation : 10 € pour les adhérents

13 € pour les non-adhérents

Inscriptions au secrétariat jusqu'au jeudi 12 janvier 2023.

LUNDI 23 JANVIER

10H00 au Foyer : ATELIER MÉMOIRE.



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

Des exercices pour entretenir et améliorer la mémoire.

VENDREDI 27 JANVIER

14H00 à 17h00 AU FOYER

KARAOKE



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

MARDI 31 JANVIER

14H45 : AU FOYER

GRAND LOTO OUVERT À TOUS



10 quines à 40 € en bons d'achat

2 cartons pleins à 80 € en bons d'achat

Prix du carton : 1,00 € / 10€ les 12 cartons

VOTRE AGENDA DE FEVRIER

MERCREDI 1^{er}, 8, 15 et 22 FEVRIER
VENDREDI 3, 10 et 17 FEVRIER

Au Foyer :

14H00 à 15H00 : Cours de Country débutants et confirmés

15H00 à 16H00 : Cours de danses en ligne débutants

16h00 à 17H00 : Cours de danses en ligne confirmés

LUNDI 13 FEVRIER



14H30 Salle Georges Brassens



GOUTER DE LA SAINT VALENTIN

Animé par l'Orchestre « SARDI SIXTIES »



TENUE ÉLÉGANTE CONSEILLÉE AVEC COMME DRESS CODE
« UNE TOUCHE DE ROUGE »

Participation : 10€ pour les adhérents

13€ pour les non-adhérents

Inscriptions au secrétariat jusqu'au jeudi 9 Février 2023.

MERCREDI 15 FEVRIER

14h30 au Foyer

JEUX D'ESPRIT
« **SCRABBLE** ».



LUNDI 20 FEVRIER

10H00 au Foyer : ATELIER MÉMOIRE.

Jeux, Enigmes, Mémorisation, Concentration.....
Des exercices pour entretenir et améliorer la mémoire.



VENDREDI 24 FEVRIER

14H00 à 17h00 AU FOYER

KARAOKE



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

LUNDI 27 FEVRIER

10H00 au foyer

**JEUX ET ACTIVITÉS LUDIQUES
POUR TRAVAILLER SON ESPRIT EN S'AMUSANT.**



VOTRE AGENDA DE MARS

MERCREDI 1^{er}, 8, 15 et 29 MARS
VENDREDI 3, 10, 17 et 24 MARS

Au Foyer :

14H00 à 15H00 : Cours de Country débutants et confirmés.

15H00 à 16H00 : Cours de danses en ligne débutants.

16h00 à 17H00 : Cours de danses en ligne confirmés.

MERCREDI 8 MARS



14h30 au Foyer

JEUX D'ESPRIT
« **SCRABBLE** ».

LUNDI 13 MARS



14H30 SALLE GEORGES BRASSENS

GOÛTER DANSANT

Animé par Le Groupe Dynamic



Participation : 10€ pour les adhérents.

13€ pour les non-adhérents.

Inscriptions au secrétariat jusqu'au jeudi 9 mars 2023.

LUNDI 20 MARS

10H00 au Foyer : ATELIER MÉMOIRE.

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

Des exercices pour entretenir et améliorer la mémoire.



MERCREDI 22 MARS

14h00 au Foyer

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE

15h00 au Foyer

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE EXTRAORDINAIRE

LUNDI 27 MARS

10H00 au foyer

**JEUX ET ACTIVITÉS LUDIQUES
POUR TRAVAILLER SON ESPRIT EN S'AMUSANT.**



VENDREDI 31 MARS

14H00 à 17h00 AU FOYER

KARAOKE



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



LUNEL

••• VILLE DE CARACTÈRE •••

