

VOS RENDEZ-VOUS MENSUELS

Retrouvez le programme : à l'accueil du Pôle Animations Seniors
et sur www.ville-thonon.fr > Vie pratique / Seniors.

La participation aux activités contenues dans ce programme est soumise à la détention de la carte PASS Seniors.

PROGRAMME

VACANCES DE FÉVRIER

Du lundi 24 février au dimanche 8 mars

Les cours, ateliers et points café reprendront à partir du lundi 9 mars.

JEUDI 6 FÉVRIER

Crêpes party !

Venez partager un moment de convivialité,
d'échange et de gourmandises...

⊗ Pôle Animations Seniors

🕒 14h30 - durée : 1h30

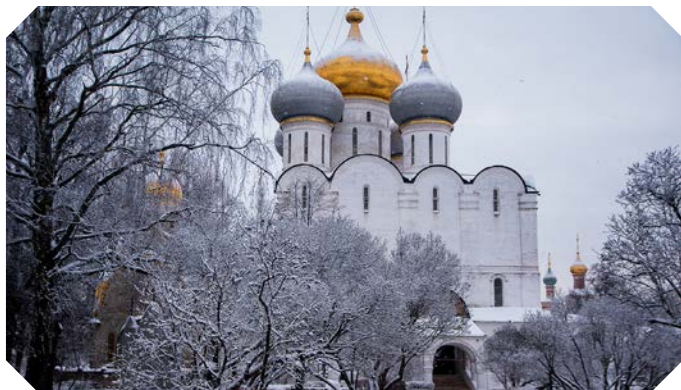
📄 Gratuit - n'hésitez pas à apporter de la confiture,
une boisson ou autres

VENDREDI 7 FÉVRIER

Conférence « Éternelle Russie » (1^{ère} partie)

Animée par François MUSOLINO

Fascinante et mystérieuse la Russie préserve fièrement
l'héritage culturel et son fastueux passé.



Je vous invite à découvrir sa capitale Moscou qui offre
des trésors d'architecture et de culture aux voyageurs
émerveillés.

Ce sera notre point de départ qui au cours de nos prochaines
rencontres nous mènera jusqu'à Saint Pétersbourg en
suivant la voie des Tsars tout au long des villes de l'anneau
d'Or.

⊗ Pôle Animations Seniors

🕒 14h30 - durée : 1h30

📄 Gratuit - ouvert à tous

À noter que la 2^{ème} partie se tiendra le vendredi 13 mars.

VENDREDI 14 FÉVRIER

Les Planches du Manège

Représentation de théâtre « Tranches de vie »,
d'après « Drôles de familles » de Jean-Pierre
MOURICE

Descriptif : succession de situations tirées de la vie de
tous les jours qui montrent les travers de notre société
dans un humour bon enfant.

⊗ Espace Tully

🕒 14h00 - durée : 1h00 environ

📄 Gratuit - sur inscription au Pôle Animations Seniors

🕒 Un bus sera mis à votre disposition avec le ramassage
habituel

VOS RENDEZ-VOUS
MENSUELS

LUNDI 17 FÉVRIER

Présentation des Cafés Artistiques

Par la Compagnie des gens d'ici

La Compagnie des gens d'ici vous invite à des rencontres régulières autour de la danse, de la musique, du chant, de la parole et de l'écriture.

⊗ Pôle Animations Seniors

🕒 15h00 - durée : 1h30

📄 Gratuit - Ouvert à tous



MARDI 18 FÉVRIER

Présentation du cycle VITALITÉ

Par Atout Prévention

Prendre soin de soi, acquérir les bons réflexes du quotidien en échangeant dans la convivialité. Voici ce que les ateliers Vitalité vous proposent.

L'intervenante vous présentera les différents thèmes qui seront abordés lors du cycle de 6 ateliers.

Début du cycle le jeudi 12 mars prochain.

⊗ Pôle Animations Seniors

🕒 14h30 - durée : 1h00

📄 Gratuit

VENDREDI 21 FÉVRIER

Thé dansant

Animé par Serge Jourdan et Francis Manchon

⊗ Espace des Ursules

🕒 14h00 - durée : 3h00

📄 Inscription au Pôle Animations Seniors jusqu'au 18 février

📄 Tarifs adhérent : 5,40 € /

Tarifs adhérent HC : 10,80 €

📄 Tarifs non adhérent : 8,30 € /

Tarif non adhérent HC : 16,60 €



À VENIR !

MARDI 10 MARS

Présentation d'un atelier musique « des rythme et des sons »
Par Olivia HUTTNER en vue d'un stage de 3 séances

Utilisation du mouvement corporel doux et du chant, ainsi que d'instruments à percussion.

Détente corporelle, expérimentation de la polyphonie et de la polyrythmie.

L'atelier musique aura lieu les mardis 31 mars, 7 avril et 14 avril (tarifs à confirmer)

⊗ Pôle Animations Seniors

🕒 14h30

📄 Gratuit

MARDI 17 MARS

L'atelier de la Bonne Humeur présente dans le cadre de la semaine des dix mots : « Abus d'Bulles »

La scène se passe dans les caves du château de Ripaille, au petit matin, après une reconstitution historique un peu arrosée...

⊗ Pôle Animations Seniors

🕒 15h00

📄 Gratuit - ouvert à tous