



La semaine du club

5/10/2022

N'oubliez pas le programme

Atelier Chant :

La première séance de jeudi dernier a officiellement permis d'acter la renaissance de la chorale Santé seniors. Déjà forte d'un effectif d'une vingtaine de voix l'atelier chant vous accueillera tous **les jeudis de 14h30 à 16h salle Hibiscus à Molière à partir du 13 octobre**. Attention pas de séance le 6/10 en raison de l'atelier informatique « La sécurité numérique ».

Atelier informatique : «La sécurité numérique» Jeudi 6/10 salle Orchidée à Molière

Atelier proposé par Michaël Vernaudo – Gratuit – **Quelques places encore disponibles** - Inscriptions : Tel Daniel 06 60 85 33 17

Conférence : Vendredi 7/10 – à 15h salle Robert Lebourg

Les visites officielles des Chefs d'Etat à Montluçon, de Napoléon III à François Mitterrand (*Jean Paul Perrin*)

Marche du vendredi : RDV à 10h, à l'aire de stationnement du bois de Languistre sur la commune de Lavault sainte Anne. Contact : *Michelle Chanéac au 06 83 55 17 38*.

Pensez à vous inscrire :

Sortie à Montvicq : Mercredi 12/10 à 15h Visite de la vinaigrerie des Carrières

- Visite commentée **gratuite**.

RV : 14h Parking des Ilets – **Inscriptions :** Tel Daniel 06 60 85 33 17 – Encore quelques places disponibles.

Sortie à Nevers : Mercredi 19 octobre (sortie en bus) - Le minimum vital étant atteint, la sortie pourra bien avoir lieu.

RV 8h au Parking des Ilets - Retour à Montluçon vers 20h **Prix : 55 €** (65€ pour les invités) – Chèque à l'ordre de ARE2M

On peut encore compléter le bus et profiter de cette journée. *Pour tout renseignement Tel d'urgence à Aline ou Daniel*

Resto du Dimanche : Dimanche 16 octobre

Notre prochain resto du Dimanche aura lieu à Saint Angel au restaurant « Le Saint Angel » (Chez Maria)

Le Saint Angel est un restaurant bistronomique de spécialités Portugaises.

Menu : Petite dégustation – Bacalao – ou roti de veau au four – Dessert maison au choix
Prix : 30 € Apéritif compris – vins en carafe et café en option – Inscriptions auprès de Daniel **avant le 12/10.**

Ateliers : Attention : Faute d'un nombre de participants suffisant, les ateliers concernés seront supprimés.

Pour les différents ateliers, les inscriptions se feront sur place aux jours et heures indiqués.

Toutefois pour les ateliers ci-après une pré-inscription est indispensable pour nous permettre de savoir si on doit les maintenir et si oui, les organiser au mieux. : Tel Daniel Dumontet 06 60 85 33 17

Atelier mémoire : 2° Mardi du mois de 14h à 16h. – Début après les vacances de Toussaint .
En fonction du nombre d'inscrits nous ferons un 2° groupe si nécessaire.

Atelier de conversation en Anglais : lundi de 14h30 à 15h30 Atelier payant (Tarif en fonction du nombre de participants) Nombre de places limité – Début après les vacances de Toussaint

Atelier sophrologie : Lundi à 17h à Boris Vian (après la gym) – Lundi 14/11 et lundi 12/12
Animation Ludovic Chemineau - Atelier payant (Tarif en fonction du nombre de participants environ 8€/séance)

Tarot : Bientôt un nouvel atelier ? Vous maîtriser le tarot ? Vous jouez occasionnellement ? Vous avez de vagues souvenirs de votre période estudiantine ?... Rejoignez-nous ! Pour tout renseignement contacter Daniel. En fonction du nombre de personnes intéressées, nous évaluerons les possibilités de lancer cette nouvelle activité.

Sortie à Neuvy Saint Sépulchre – Nohant : Mercredi 9/11 (sortie en bus)

Notez dès maintenant cette date sur votre agenda – Une belle journée en perspective.
Détails et modalités d'organisation dans le prochain numéro de la semaine du club.

MGEN :

Entre le 10 et le 23 octobre se déroulent les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM), dans toute la France.

Mercredi 19/10, à 14h30, aura lieu une balade sensorielle animée par Cap Tronçais, dans le parc des Etourneaux à Montluçon.

Ça s'est passé hier :

Samedi le Rallye du Vieux Montluçon a vu la victoire de l'équipe de Michel Ponce à l'issue d'un classement très serré. La soirée s'est terminée dans la bonne humeur autour d'un excellent repas Libanais.

Le 5/10 : Nouvelle sortie champignons sans champignons... Mais une journée mémorable en forêt avec un excellent repas.



NOUVEAU et IMPORTANT

Notre nouveau site interactif a été conçu pour faciliter les échanges en interne.

Pour découvrir et vous approprier ce nouvel espace, il suffit de cliquer sur le lien ci-dessous :

<https://www.css03100.fr>

Vous pouvez aussi aller dans la barre de recherche de votre navigateur et de taper : <https://www.css03100.fr>

La rubrique "Membres" est strictement réservée aux adhérents de notre club, et son accès est sécurisé. Pour valider votre droit d'entrée, cliquez sur "Demande d'inscription" et laissez-vous guider.

En cas de difficulté, n'hésitez pas à nous contacter :

Michel Ponce = 06 73 45 20 64

Daniel Dumontet = 06 60 85 33 17

Bonne découverte, et à bientôt pour de nouvelles informations.

A bientôt...

Prenez soin vous, et restez prudents...

Mais continuez à vivre !

Daniel Dumontet (06 60 85 33 17)

Pierrette Nicolas (06 20 87 57 69)

Marie Madeleine Calmels (06 87 48 97 03)

Michelle Chanéac (06 83 55 17 38)

Aline Jamot (06 84 98 08 64)

Danielle Dubreuil (04 70 29 61 74)

**Club Santé Seniors M.G.E.N. 03
Antenne de Montluçon**