

# Programme des activités Seniors d'octobre à décembre 2023

La Ville vous propose une nouvelle programmation d'animations d'octobre à décembre 2023 :



## Activités permanentes

Du lundi au vendredi à l'espace municipal des Seniors

### Lundi :

- Mosaïque de 9h à 11h30
- Chorale "Les sénioritas" de 14h à 15h30

### Mardi :

Atelier créatif "Déco du banquet" de 9h à 11h30 et de 14h à 16h

### Mercredi :

- Peinture à l'huile de 9h à 11h30
- Yoga de 14h à 15h
- Ateliers numériques de 15h à 17h

### Jedi :

- Atelier créatif "au choix" de 9h à 11h30
- Danse country de 14h à 15h30

### Vendredi :

- Espace Seniors fermé le matin
- Atelier socio esthétique de 14h à 16h (1 semaine sur 2)
- Atelier créatif "Déco du banquet" de 14h à 16h

## Événements et sorties

### Octobre :

- **Semaine bleue du 2 au 6 octobre** 2023 à l'espace Seniors - [Télécharger le programme](#)
  - **Sortie « Guinguette des Pêcheurs » sur les bords de l'Oise à Rieux**
- Jedi 5 octobre de 10h à 19h sur inscription le mercredi 20 septembre à l'espace Seniors

### Novembre :

- **Après-midi "Les grosses têtes"**

Jeudi 9 novembre de 14h à 16h

- **Atelier cuisine "Le gras c'est la vie"**

Jeudi 16 novembre de 14h à 16h sur inscription à l'espace Seniors (places limitées)

- **Karaoke**

Jeudi 23 novembre de 14h à 16h sur inscription à l'espace Seniors

**Décembre :**

- **Grand Quizz de Noël**

Jeudi 7 décembre de 14h à 16h

- **Bingo de Noël**

Jeudi 21 décembre à 12h sur inscription à l'espace Seniors avant le 15 décembre.

Infos pratiques

**Espace Municipal des Seniors :**

2, avenue de la 2ème Division Blindée - 93440 DUGNY

Tél. : 01 49 92 66 12

**Horaires d'ouverture :**

Du lundi au jeudi de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 17h00

Le vendredi de 13h00 à 17h00

**Tarif et adhésion**

**Adhésion annuelle :**

Dugnysiens : 15 €

Extérieurs : 25 €

**Inscription au CCAS :** 2, rue Guynemer - 93440 DUGNY - Tél. : 01 49 92 66 20

**Pièces Justificatives :**

- Justificatif de domicile

- Justificatif de retraite

Documents

[Programme des activités Seniors](#)