



at
maison
ans toniques

C
C
A
S



MAISON DES ANS TONIQUES

PROGRAMME
JANVIER À MARS 2023

TARIFS 2022-2023



ACTIVITÉS DE LA MAISON DES ANS TONQUES

Repas à thème / 28 €

Thé dansant / 14 €

Goûter gourmand / 4 €

Boisson / 2 €

Bouteille d'eau 50 cl / 1 €

FORFAIT TRIMESTRIEL

Informatique / 60 €
(cours d'une heure)

FORFAIT ANNUEL

Cours d'anglais / 89 €

Cours de gymnastique / 72 €

Marche Nordique / 120 €

Cours de poterie / 146 €

Atelier informatique / 84 €

À LA SÉANCE

Conférence / 6 €

Cours de danse / 6 €

Country / 5 €

Stage de gymnastique / 5 €

LES ATELIERS

ART & TECHNIQUES

• ART CRÉATIF

M^{me} Christine Le Gall
Mardi 2 fois par mois /
15h – 17h

• TRICOT

M^{me} Geneviève Perez
Jeudi / 15h – 17h

• MÉMOIRE

Mardi / 9h30 – 11h

M^{me} Pierrette Fiume
Mercredi / 10h30 – 12h
Jeudi / 13h30 – 15h
Vendredi / 10h – 11h30

• ANGLAIS

M^{me} Marina Libert
Mardi / 9h – 10h30
10h30 – 12h
Jeudi / 15h – 16h30
Vendredi / 10h – 11h30
89 € l'année

• ART FLORAL

M^{me} Michèle Chesneau
Jeudi 1 fois par mois
14h30

• JEUX SCRABBLE

Vendredi / 14h – 16h30

• JEUX DE SOCIÉTÉ

Animatrice de la Ludothèque
Vendredi 1 fois par mois
13h45 – 16h

• INFORMATIQUE

M. Rodolphe Bonin
Lundi / 8h45 – 12h15
Mardi / 8h45 – 12h15
Mardi / 13h30 – 17h
Mercredi / 8h45 – 12h15
Jeudi / 8h45 – 13h15
60 € le trimestre (cours)
84 € l'année (atelier)

ARTS PLASTIQUES

• POTERIE

M^{me} Isabelle Nicolas-Astier
Lundi / 15h – 17h
146 € l'année

MUSIQUE DANSE & SPORT

• TOUT EN DANSE

M^{me} Michèle Doyen
Jeudi et vendredi
1 fois par mois
14h30 – 16h30

• COUNTRY

M^{me} Magali Naval-Bernard
Mercredi / 14h30
5 € la séance

• GYMNASTIQUE

M^{me} Mylène Berry
Lundi / 9h – 12h
Mardi / 10h – 12h 14h – 15h
Mercredi / 9h – 12h
Jeudi / 10h45 – 11h45
14h – 17h
Vendredi / 9h – 12h
72 € l'année

• MARCHÉ NORDIQUE

M. Joël Le Tallec
Jeudi 9h15 – 11h15
120 € l'année

JANVIER 2023



POINTS FORTS

- **COUNTRY / 5 €**

Les mercredis / 14h30

Planning des dates à l'accueil

- **LOISIRS CRÉATIFS**

Mardis 3 et 17 / 15h

- **JEUX DE SOCIÉTÉ**

Vendredi 13 / 13h45

- **TOUT EN DANSE**

Jeudi 12 / 14h30

Vendredi 20 / 14h30

- **ART FLORAL**

Jeudi 19 / 14h30

CONFÉRENCE AUDIOVISUELLE


« *Le littoral normand* »

Mardi 24 / 14h30

Animée par *Didier Faget* (6€)

L'auteur nous propose de découvrir la côte Normande entre Fécamp et la baie du Mont Saint Michel.

Il nous fera découvrir les plus beaux métiers artisanaux normands : la dinanderie et le travail du cuivre.



FÉV 2023

POINTS FORTS

- **COUNTRY / 5 €**

Les mercredis / 14h30

Planning des dates à l'accueil

- **LOISIRS CRÉATIFS**

Mardis 7 et 14 / 15h

- **TOUT EN DANSE**

Vendredi 10 / 14h30

Jeudi 16 / 14h30

- **JEUX DE SOCIÉTÉ**

Vendredi 10 / 13h45

- **ART FLORAL**

Jeudi 9 / 14h30

CONFÉRENCE AUDIOVISUELLE

« *Le musée de Prado* »

Mardi 21 / 14h30

Animée par *Lionel Cariou de Kerys*
(6€)

Le musée du Prado de Madrid est reconnu pour posséder la plus belle collection de peintures espagnoles du 12^e au 19^e siècle.

INFORMATION

- **Du 20 février au 5 mars**

Congés scolaires

- Pas de cours, ni d'ateliers.
- Restauration assurée

MARS 2023



POINTS FORTS

- **COUNTRY / 5 €**

Les mercredis / 14h30

Planning des dates à l'accueil

- **LOISIRS CRÉATIFS**

Mardis 7 et 21 / 15h

- **TOUT EN DANSE**

Jeudi 9 / 14h30

Vendredi 24 / 14h30

- **JEUX DE SOCIÉTÉ**

Vendredi 10 / 13h45

- **ART FLORAL**

Jeudi 23 / 14h30

CONFÉRENCE AUDIOVISUELLE

« L'Argentine »

mardi 28 / 14h30

Animée par **Didier Faget** (6€)

Buenos-Aires, ses quartiers qui rappellent les plus grandes capitales d'Europe, la Patagonie, avec son plus impressionnant glacier du monde « El Perito Moreno » sans oublier les plus hautes chutes du monde à Iguazu.

REPAS DE PRINTEMPS DANSANT

Samedi 18 / 12h30

Inscriptions à partir du 13 février
animé par **Didier Couturier** (28 €)
avec une animation surprise



DÉTENTE ET CONVIVIALITÉ

DÉJEUNER

- **DU LUNDI AU VENDREDI,** vous pouvez déjeuner à la Maison des Ans toniques.

- **TOUS LES MERCREDIS : « FRITES ET GRILLADES »**

Ce jour exceptionnel, les grands-parents peuvent inviter les petits-enfants.

Inscriptions sur place ou au CCAS.
Réservation 48h à l'avance.

LE SALON

- **VENDREDI DE 14 H À 16H**
Espace convivial pour papoter, bouquiner ou simplement vous détendre autour d'un goûter gourmand (4 €)



Maison des Ans Toniques

23/25 Villa Domas – 01 40 96 73 39

Ouverte aux seniors

Du lundi au vendredi de 9 h à 17h30