



at  
maison  
ans toniques

C  
C  
A  
S



# MAISON DES ANS TONIQUES

PROGRAMME  
SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2025

# TARIFS 2025-2026



## ACTIVITÉS DE LA MAISON DES ANS TONIQUES

Repas à thème / 32 €

Thé dansant / 14 €

Boisson / 2 €

Bouteille d'eau 50 cl / 1 €

## FORFAIT TRIMESTRIEL

Informatique / 62 €  
(cours d'une heure)

## FORFAIT ANNUEL

Cours d'anglais / 92 €

Cours de gymnastique / 80 €

Cours de poterie / 150 €

Atelier informatique / 85 €

## À LA SÉANCE

Conférence / 7 €

Stage de gymnastique / 5 €

# RESTAURATION

## 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 48 h à l'avance.**

# LES ATELIERS

## ART & TECHNIQUES

---

### • ART CRÉATIF

**M<sup>me</sup> Christine Le Gall**  
Mardi 2 fois par mois /  
15h – 17h

### • TRICOT

**M<sup>me</sup> Geneviève Perez**  
Jeudi / 15h – 17h

### • MÉMOIRE

**M<sup>me</sup> Josette Malbranque  
ou M<sup>me</sup> Michèle Chesneau**  
Mardi / 9h30 – 11h

**M<sup>me</sup> Josette Malbranque**  
Jeudi 10h – 11h30

**M<sup>me</sup> Pierrette Fiume**  
Mercredi / 10h30 – 12h  
Jeudi / 13h30 – 15h  
Vendredi / 10h – 11h30

### • ANGLAIS

**M<sup>me</sup> Marina Libert**  
13h30 – 15h  
15h – 16h30  
jour à confirmer  
**92 € l'année**

### • ART FLORAL

**M<sup>me</sup> Michèle Chesneau**  
Jeudi 1 fois par mois  
14h30

### • JEUX SCRABBLE

Vendredi / 14h – 16h30

### • JEUX DE SOCIÉTÉ

**Animatrice  
de la Ludothèque**  
Vendredi 14 novembre  
13h45 – 16h30

### • INFORMATIQUE

**M. Rodolphe Bonin**  
Lundi / 9h00 – 12h15  
Mardi / 9h00 – 12h15  
Mardi / 13h30 – 17h  
Mercredi / 9h00 – 12h15  
Jeudi / 9h00 – 13h15  
**62 € le trimestre (cours)  
85 € l'année (atelier)**

## ARTS PLASTIQUES

---

### • POTERIE

**M<sup>me</sup> Isabelle  
Nicolas-Astier**  
Lundi / 13h30 – 15h30  
15h30 – 16h45  
**150 € l'année**

## MUSIQUE DANSE & SPORT

---

### • TOUT EN DANSE

**M<sup>me</sup> Michèle Doyen**  
Jeudi toutes les 3 semaines  
Un cours débutant  
à 14h30 et un cours  
confirmé à 15h30

### • COUNTRY

**M<sup>me</sup> Michèle DOYEN**  
1 mercredi tous les 15 jours,  
14h débutants et 15h  
confirmés

### • GYMNASTIQUE

**M<sup>me</sup> Mylène Berry**  
Lundi / 9h – 12h  
Mardi / 10h – 12h  
Mercredi / 9h – 12h  
Jeudi / 10h45 – 11h45  
14h – 17h  
Vendredi / 9h – 10h  
**80 € l'année**  
Joindre un certificat médical

### • MARCHE ITINÉRANTE

**M<sup>me</sup> Michèle Chesneau**  
Mardi / 14h – 17h

# SEPTEMBRE 2025



## **INSCRIPTIONS**

### **• GYMNASTIQUE**

**Du 8 au 12 septembre / 9h - 12h**

### **IMPORTANT :**

Veillez vous présenter 30 minutes avant l'heure de votre inscription, qui doit correspondre strictement au jour et à l'horaire de votre cours choisi.

Aucune inscription à un autre créneau ne sera acceptée.

Joindre un certificat médical.

### **• ATELIERS**

**Jeudi 18 septembre / 14h30 - 17h**

*Reprise des ateliers*

*lundi 22 septembre 2025.*

# SEPT. / OCT. 2025



## POINTS FORTS

---

### • COUNTRY

mercredi 24 septembre,  
mercredi 8 et 15 octobre / 14h00  
groupe (1) et 15h00 groupe (2)

### • LOISIRS CRÉATIFS

mardi 30 septembre  
et mardi 14 octobre / 15h

### • TOUT EN DANSE

jeudi 2 octobre / 14h30 groupe (1)  
et 15h30 groupe (2)

### • ART FLORAL

jeudi 9 octobre / 14h30

## LOTO GOURMAND

---

Mardi 7 octobre / 14h00

avec l'association

« *les insatiables* »

Animation, conseils nutritionnels  
et temps d'échanges avec une  
diététicienne. Goûter convivial offert !  
Limité à 40 places.

## BUFFET CAMPAGNARD DANSANT

---

Samedi 11 octobre / 12h30

animé par *Tony Calves (32€)*

Inscription à partir lundi 6 octobre  
(60 places)

## CONFÉRENCE AUDIOVISUELLE

---

« *Marseille* »

Vendredi 17 octobre / 14h30

animée par *Lionel Cariou de Kerys (7€)*

## PERMANENCE DU CLIC

---

Jeudi 16 octobre / 13h30

Questions autour du maintien à  
domicile, des aides financières  
liées à la mise en place de services  
et/ou des structures d'accueil et  
d'hébergement.

## INFORMATION

---

*Congés scolaires*

Du 20 octobre au 31 octobre

- Pas de cours, ni d'atelier.

- Restauration assurée



# NOVEMBRE 2025

## POINTS FORTS

### • COUNTRY

Les mercredis 5 et 19 / 14h groupe (1) et 15h groupe (2)

### • LOISIRS CRÉATIFS

Mardi 4 et 25 / 15h00

### • TOUT EN DANSE

Les jeudis 6 et 27 / 14h30 groupe (1) et 15h30 groupe (2)

### • JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi 14 / 13h45

### • ART FLORAL

Jeudi 13 / 14h30

## CONFÉRENCE AUDIOVISUELLE ET MUSICALE

Lundi 3 / 13h30

Animée par JayCee (7€)

« *Nina Simone* »

## PERMANENCE DU CLIC

Jeudi 20 / 13h30

Questions autour du maintien à domicile, des aides financières liées à la mise en place de services et/ou des structures d'accueil et d'hébergement.

## CLIC INFO

*Les différentes mesures de protection juridique*

Lundi 3 / 14h

Animé par Le CLIC

# DÉCEMBRE 2025



## POINTS FORTS

### • COUNTRY

Les mercredis 3 et 17 / 14h  
groupe (1) et 15h groupe (2)

### • LOISIRS CRÉATIFS

Mardi 9 / 15h00

### • TOUT EN DANSE

Jeudi 11 / 14h30

### • ART FLORAL

Jeudi 4 / 14h30

## REPAS DE NOËL DANSANT

Samedi 13 / 12h30

*animé par Tony Calves (32€)*

Inscriptions à partir du  
25 novembre (70 places)

## PERMANENCE DU CLIC

Jeudi 18 / 13h30

Questions autour du maintien à  
domicile, des aides financières  
liées à la mise en place de  
services et/ou des structures  
d'accueil et d'hébergement.

## INFORMATIONS

### *Congés scolaires*

Du 20 décembre au 4 janvier 2026

### Fermeture des Ans Toniques

Du 26 décembre au 4 janvier 2026

Du 22 au 24 décembre 2025

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



## **Maison des Ans Toniques**

.....  
23/25 Villa Domas – 01 40 96 73 39

Ouverte aux séniors

Du lundi au vendredi de 9 H à 12 H15 et de 13 H30 à 17 H30