

Service sénior

Lillebonne

02 32 84 52 64

Programme



janvier-février 2018



Activité DM3, prévention des chutes



Activité danse

Ecouter et échanger

Développer le lien social

Favoriser l'autonomie

Attention : pour toutes les activités et animations, **l'inscription préalable est obligatoire** auprès du service, bureau 108, Hôtel de Ville

Tout au long de l'année, le service sénior propose des activités régulières ou ponctuelles.

- Pour les plus de 55 ans
- Sur inscription auprès du service
- 2 € le ticket, 12 € le carnet de 10 tickets, 20 € le carnet de 20 tickets

ACTIVITÉS DE JANVIER

Gymnastique d'entretien

10h30-11h30 : Lundi 8, 15, 22, 29
9h15-10h15 : vendredi 12, 19, 26
salle Thiers

Danse

14h-17h : jeudi 18
salle Thiers

Jeux

14h30-17h30 : mardi 16, 23, 30
salle des Filatures, rue du Lin

Pétanque

10h-12h : mardi 16, 23, 30
boulodrome, espace Batic

DM3, prévention des chutes

10h30-11h30 : vendredi 19, 26
salle Thiers

Tir à l'arc

10h45-11h45 : vendredi 12, 19, 26
gymnase Bénard

Tennis de table

10h45-11h45 : mardi 16, 23, 30
gymnase Bénard

Entre tous

12h ou 14h-17h : vendredi 12,
19 (spécial galette des rois), 26
salle des Filatures

ACTIVITÉS DE FÉVRIER

Gymnastique d'entretien

10h30-11h30 : Lundi 5, 12, 19, 26
9h15-10h15 : vendredi 2, 9, 16
salle Thiers

Danse

14h-17h : jeudi 1^{er}, 8, 15, 22
salle Thiers

Jeux

14h30-17h30 : mardi 6, 20, 27
salle des Filatures, rue du Lin

Pétanque

10h-12h : mardi 6, 13, 20, 27
boulodrome, espace Batic

DM3, prévention des chutes

10h30-11h30 : vendredi 2, 9, 16
salle Thiers

Tir à l'arc

10h45-11h45 : vendredi 2, 9, 16, 23
gymnase Bénard

Tennis de table

10h45-11h45 : mardi 6, 13, 20, 27
gymnase Bénard

Entre tous

12h ou 14h-17h : vendredi 2 (spécial
Chandeleur), 9, 16, 23
salle des Filatures

Le DM3, prévention des chutes est un atelier amusant de maintien de la souplesse et de préservation de l'équilibre.

L'atelier « entre tous » permet de prendre un repas convivial (facultatif) puis de pratiquer une activité au choix dans l'après-midi (jeux, activités manuelles...).

Pour toutes les animations senior, l'inscription préalable est obligatoire.

AUTRES SORTIES À LILLEBONNE...

JANVIER

- Les mains au travail
Exposition photos
Jusqu'au 17 février
Juliobona

- Grégory Canu
Expo photos
Jusqu'au 27 janvier
Médiathèque

Vendredi 12

- Soirée jeux
Jeux d'ambiance
20h30 - Ludothèque

Samedi 13

- Voeux du maire à la population
10h30 - salle des Aulnes

Dimanche 14

- Bourse des collectionneurs
9h-18h - salle des Aulnes

Samedi 20

- Orange yeti
Concert folk, pop, rock
20h - Médiathèque

- Cinoche
15h et 20h30
Juliobona - 4 €

Dimanche 21

- Championnat
départemental de karaté
Dojo M. Dossier
USL karaté

Mercredi 24

- Journée portes ouvertes
à l'épicerie solidaire
9h30 à 11h30 et 14h à 16h
Bâtiment Europe
Le Clairval

Vendredi 26

- La flûte enchantée
Mozart
Opéra
20h30 - Juliobona

Samedi 27

- Concert du Nouvel an
Orchestre d'harmonie de Lillebonne
20h30 - Juliobona

Dimanche 28

- Loto
Salle La Presqu'île
Amicale des cars Périer

- Badminton
Rencontre départementale
Gymnase PMF

FEVRIER

Vendredi 2

- Soirée jeux
Le « K »
20h30 - Ludothèque

- Cali : Les choses défendues
Chanson
20h30 - Juliobona

Samedi 3

- Gaëlle et les chics livres
14h30 - Médiathèque

- Cinoche
15h et 20h30
Juliobona

Dimanche 4

- Championnat de ligue de
Normandie de judo
Dojo M. Dossier
USL judo

- Collage et matière du
figuratif à l'abstrait
Exposition
Jusqu'au 23 février
Vernissage le 9 à 18h - MJC

Mardi 6

- L'île des esclaves
Théâtre
20h30 - Juliobona

Jeudi 8

- Conseil municipal
18h - Hôtel de ville

Dimanche 11

- Loto
La Cayenne
Majorettes Les Chaperons Rouges

Mardi 13

- Dom Juan... et les clowns
Théâtre
20h30 - Juliobona

Vendredi 16

- Contact # 1
Danse hip-hop
20h30 - Juliobona

Mardi 20

- Le monde fantastique de Philémon
Exposition photos de
Philémon Shivar
Jusqu'au 26 mai
Vernissage le 20 à 18h30
Juliobona

Vendredi 23

- Soirée « Le micro est à vous »
20H30 - MJC

MARS

Vendredi 2

- Soirée jeux
Jeux du festival international
du jeu de Cannes
20h30 - Ludothèque

Samedi 3

- Loto
Salle des Aulnes
Loisirs pour Tous

Dimanche 4

- Concours de truites
Toute la journée
Parc des Aulnes
AAPPMA

LA VILLE PROPOSE RÉGULIÈREMENT...

› Ludothèque

Des Soirées jeux

Un vendredi par mois • Entrée libre • A partir de 20h30 • Dès 8 ans et adultes •
Ludothèque (espace Batic) • 02 35 31 89 06

› Juliobona

Des spectacles

(Théâtre, musique, danse) avec le centre culturel Juliobona (place de
Coubertin) • Renseignements sur juliobona.fr ou au 02 35 38 51 88



Du « cinoche »

Chaque premier et troisième samedi du mois • centre culturel Juliobona •
une séance à 15h, une séance à 20h30 • 4 € Renseignements au 02 35 38 51 88



*Le centre culturel Juliobona est équipé de la boucle magnétique pour les
malentendants et de places dédiées aux personnes en fauteuil.*

**Pour connaître toute l'offre d'animation sur Lillebonne : lillebonne.fr
ou dans votre boîte aux lettres avec le magazine municipal « La Voix Romaine »**

Service sénior - Bureau 108 - Hôtel de Ville - Rue Thiers - 76170 Lillebonne
02 32 84 52 64 - lillebonne.fr

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Programme réalisé par le service communication de la Ville de Lillebonne. IPNS sur papier recyclé. els