

# PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Janvier, février et mars 2024

# Chères adhérentes, chers adhérents,

Le conseil d'administration et moi-même vous souhaitons de bonnes fêtes de fin d'année entourés de votre famille et de vos amis. L'équipe de l'Office du 3e âge vous prépare un début d'année riche en partage et en découvertes!

Soyez prêts à chanter et à danser avec la troupe Zik'n Show et les danseuses de la troupe Calypso lors du goûter de l'Épiphanie le mardi 9 janvier.

Cette année, Holiday On Ice fête ses 80 ans ! Vous aurez la possibilité de découvrir leur nouveau spectacle « Aurore » à Amiens en février.

Si vous aimez faire partie du show, venez déguisés au goûter du Mardi Gras le mardi 13 février. Un cadeau vous sera offert!

L'Office du 3e âge possède sa propre page facebook. N'hésitez pas à nous suivre pour ne rien rater de l'actualité de l'association!

www.facebook.com/of3saintmartin

Nos lotos quine et concours de cartes seront toujours au rendez-vous.

À bientôt dans nos foyers d'Ostrohove et du Centre.

Raphaël JULES

Vice-président de la CAB Maire de Saint-Martin-Boulogne Paul ARBLAY

Président de l'OF3

# **JANVIER**

#### **LUNDI 8: SUPER LOTO QUINE**

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h.

Un lot à chaque participant.

Mise: 6€ pour 1 carte, 15€ pour 3 cartes - Plus de cartes gratuites.

#### MARDI 9 : GOÛTER DE L'ÉPIPHANIE

Avec un tour de chants avec la troupe de Zik'n Show et les danseuses de la troupe Calypso.

Salle polyvalente du centre culturel Georges-Brassens à Ostrohove de 14h à 17h

Les deux foyers seront fermés ce jour. Un bus sera mis à votre disposition : 13h15 place Vignon, 13h20 Moka, 13h25 Bressloff, 13h30 foyer communal.

Prix: 3€: Inscription à retirer dans les 2 foyers à partir du mardi 19 décembre à 9h.

#### **LUNDI 15: CONCOURS DE CARTES (MANILLE ET BELOTE)**

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un lot à chaque participant - Mise: 7€.



#### **VENDREDI 19: ATELIER NUTRITION**

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 9h30 à 11h. Gratuit - Sur réservation.

#### VENDREDI 19 : PIÈCE DE THÉÂTRE DES THIBAUTINS « AU THÉÂTRE CE SOIR »

La nouvelle comédie de Pascal CHIVET au Théâtre Monsigny de Boulogne-sur-Mer à 16h.

Prix: 6€ - Places limitées réservées aux adhérents - Inscription à partir du jeudi 4 janvier à 9h.

#### **DIMANCHE 21: CONCERT DE DANIEL GUICHARD**

Au centre culturel Georges-Brassens à 16h.

COMPLET

#### LUNDI 22 : CONCOURS DE CARTES (MANILLE ET BELOTE)

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un lot à chaque participant - Mise: 7€.



#### VENDREDI 26 : RÉUNION D'INFORMATION ET D'INSCRIPTION POUR LE VOYAGE ANCV À NEDDE VVF CLUB LE CHÂTEAU SUR LA VIENNE \*\*\*

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne à 14h.

Voyage du 22 au 29 juin 2024.

**Voyage avec notre bus : 680€ tout compris.** Dans le cadre de l'ANCV, 202€ seront reversés aux personnes non imposables. 200€ seront demandés à l'inscription.

#### **LUNDI 29: COURS DE DANSE EN LIGNE**

Avec Isabelle ROGEZ de 14h à 16h

Prix:5€.

#### MARDI 30: CONCOURS DE CARTES (BELOTE)

Au foyer d'Ostrohove de 14h à 18h. Un lot à chaque participant. Mise: 7€ - Inscription auprès de Sylvie au 03 21 31 09 04.



LA CARTE D'ADHÉSION 2024 EST OBLIGATOIRE POUR PARTICIPER
À TOUTES LES ANIMATIONS. ELLE SERA DISPONIBLE À PARTIR DU MARDI 2 JANVIER 2024.
15€ POUR LES SAINT-MARTINOIS / 25€ POUR LES EXTÉRIEURS

# **FÉVRIER**

### LE FOYER COMMUNAL GERMAINE-DUMORTIER SERA FERMÉ AU PUBLIC DU LUNDI 19 AU VENDREDI 23 FÉVRIER. MERCI DE VOTRE COMPRÉHENSION

#### **LUNDI 5: LOTO QUINE**

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un lot à chaque participant.

Mise: 5€ pour 1 carte, 11€ pour 3 cartes - Plus de cartes gratuites.



#### LUNDI 12 : CONCOURS DE CARTES (MANILLE ET BELOTE)

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un lot à chaque participant - Mise: 7€.



#### MARDI 13 · GOÛTER DU MARDI GRAS

Dans les 2 foyers. Venez déguisés! Un cadeau sera remis aux carnavaleux! Prix: 2€ - Inscription dans les 2 fovers.

#### **JEUDI 15: REPAS DANSANT À LA GUINGUETTE DE TILQUES**

Animé par Alain SOMBRET.

Prix: 40€ - Inscription à partir du mardi 16 janvier à 9h.



#### MERCREDI 21: SPECTACLE HOLIDAY ON ICE À AMIENS

Prix: 62€ transport compris - Inscription à partir du mardi 23 ianvier à 9h.

#### JEUDI 22: THÉÂTRE FORUM SUR LA MALADIE D'ALZHEIMER

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 15h à 16h30.

La maladie s'est invitée chez Irène sans qu'elle l'ai conviée. Doucement, au début presque imperceptiblement, Irène a changé. Jusqu'à devenir une autre personne. Du moins, en apparence. À la fois poétique et sensible, nous évoquons avec pudeur la maladie d'Alzheimer et les dommages qu'elle cause. Sur le malade, bien sûr, mais aussi sur son entourage. La troupe de Ouvrons le dialoque propose des spectacles interactifs qui permettent, par le biais du théâtre, de faire émerger la parole et la réflexion autour d'un thème choisi.

Gratuit pour les adhérents - Merci de vous inscrire.

#### **LUNDI 26 : COURS DE DANSE EN LIGNE**

Avec Isabelle ROGEZ de 14h à 16h

Prix:5€.

#### MARDI 27: CONCOURS DE CARTES (BELOTE)

Au foyer d'Ostrohove de 14h à 18h. Un lot à chaque participant. Mise: 7€ - Inscription auprès de Sylvie au 03 21 31 09 04.





# MARS

#### VENDREDI 1ER: THÉ DANSANT ANIMÉ PAR ISABELLE ROGEZ

Au fover Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un café de bienvenue vous sera offert ainsi qu'une boisson et une part de tarte.

Prix: 7€ pour les adhérents, 10€ pour les extérieurs.

#### **LUNDI 4: LOTO QUINE**

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un lot à chaque participant.

Mise: 5€ pour 1 carte, 11€ pour 3 cartes.

#### LUNDI 11: CONCOURS DE CARTES (MANILLE ET BELOTE)

Au foyer Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un lot à chaque participant - Mise: 7€.



# **VENDREDI 15: REPAS SPECTACLE STRASS ET PAILLETTES AU CABARET DE LICQUES**

Prix: 75€ - Inscription à partir du mardi 6 février à 9h.

### **LUNDI 18: CONCOURS DE CARTES (MANILLE ET BELOTE)**

Au fover Germaine-Dumortier, rue de la Colonne de 14h à 18h. Un lot à chaque participant - Mise: 7€.

#### **LUNDI 25: COURS DE DANSE EN LIGNE**

Avec Isabelle ROGEZ de 14h à 16h

Prix:5€.



#### MARDI 26: CONCOURS DE CARTES (MANILLE ET BELOTE)

Au fover d'Ostrohove de 14h à 18h. Un lot à chaque participant. Mise: 7€ - Inscription auprès de Sylvie au 03 21 31 09 04.

### Au fover communal Germaine-Dumortier

Atelier mémoire le mardi de 9h15 à 10h15 Atelier équilibre le mardi de 10h30 à 11h30 Atelier mémoire le mercredi de 9h30 à 10h30 **Atelier équilibre** le mercredi de 10h30 à 11h30

Atelier chant'âge le mardi de 14h15 à 15h15

Yoga le jeudi de 15h à 16h

**Gym** le lundi et le jeudi de 9h à 10h (salle de la Fraternelle)

Inscription annuelle aux ateliers : 25€ pour les Saint-Martinois 50€ pour les extérieurs

(Pour les personnes qui ont une mutuelle vous pouvez vous renseigner certaines remboursent les inscriptions aux activités sportives et préventives)

Aqua gym le vendredi de 15h à 16h - 6€ le ticket Généalogie les 2<sup>e</sup> ieudis du mois à 14h30 - Gratuit Scrabble et jeux tous les mardis de 14h à 18h - Gratuit Atelier bricol'âge le jeudi de 14h à 17h30 - Gratuit **Atelier peinture** le mardi de 14h à 18h - Gratuit (Espace Émile-Ducrocg)