

BOUJ' TA RETRAITE... POUR VOUS ET PAR VOUS !

Combien
Ça coûte? €

« Bouj' Ta retraite » des tarifs adaptés pour tous. Nos animateurs vous accompagnent sur toutes les sorties. Le transport est compris dans le prix. Règlement à l'inscription. (Possibilité d'échelonner votre règlement).

Adhésion Annuelle Individuelle 10€ ou 15€ pour un couple.

Venez « bouj'er » avec nous !

Inscrivez-vous entre amis !



Laëtitia

au **03.86.22.85.47**
centre.social.lormes@wanadoo.fr



Retrouvez-nous sur

facebook

Programme
Seniors

« **Bouj' Ta Retraite** »

JANVIER à JUIN 2022



Tout un programme...



Intercommunal
des Portes
du Morvan



Sortie

C'est
Quoi ?



« **Bouj' Ta retraite !** » est un projet proposé aux retraités qui vous permet d'accéder à moindre coût à des **activités sportives, culturelles ou de loisirs**. Nos animateurs vous accompagnent pour partager des moments conviviaux.

C'est pour
Qui ?



« **Bouj' Ta retraite !** » s'adresse aux **retraités** qui souhaitent intégrer un groupe et s'inscrire dans **différentes activités collectives** afin d'entretenir un **lien social, découvrir, partager des moments agréables en collectivité**.

C'est
Quand ?



« **Bouj' Ta retraite !** » toute l'année! Des ateliers, des visites, des spectacles et des sorties détente vous sont proposés, en journée, demi-journée ou en soirée ... afin que chacun participe à son rythme.



*Soirée bowling à
Nevers - Marzy*
Partie de bowling et
repas à la Pataterie

Vendredi 04 février

27€ par personne



Et bien plus encore... inscrivez-vous !

Ateliers

AQUAGYM

Places limitées...

Les Jeudis de 15h15 à 16h
À la Piscine Municipale d'Avallon

Avec maître nageur de la piscine
Tarif : **68€ par trimestre**

1^{er} trimestre :
Les 20, 27 Janvier
Le 03 Février
Les 10, 17, 24, 31 mars
2^{ème} trimestre :
Le 07 Avril
Les 12, 19 Mai
Les 02, 09, 16, 23 Juin



Envie de sortir ?

Visite du Septennat à
Château-Chinon
+ restaurant

Mardi 18 janvier
Départ 8h30 retour 18h
40€ par personne



Visite du Musée
Colette de Saint
Sauveur

Visite + Restaurant

Mardi 15 mars
Départ 8h30 retour 18h
36€ par personne



Abbaye de Flavigny
Mardi 05 avril

Visite de l'ancienne
Abbaye bénédictine et la
fabrique d'anis +
restaurant

Départ 8h30 retour 18h
30€ par personne



BOUJ' TA RETRAITE... POUR VOUS ET PAR VOUS !

Visite de Guédelon
+ repas sur place avec un menu de saison préparé par un partenaire traiteur du site

Mardi 17 mai
Départ 8h30 retour 18h
45€ par personne



« Bouj' Ta Retraite »



Ateliers

JEUX

Les Mardis de 14h à 16h
À la Ludothèque de Lormes
30/32 route d'Avallon



13 séances avec goûters offerts

Les 11, 25 Janvier
Le 01 Février
Les 08, 22, 29 Mars
Les 10, 24, 31 Mai
Les 07, 21, 28 Juin

GRATUIT



GYM DOUCE

Les Vendredis de 10h à 11h
À la Ludothèque de Lormes
30/32 route d'Avallon

Animatrice sportive : Emilie
Tarif : 30€ par trimestre

1^{er} trimestre :

Les 21, 28 Janvier
Le 04 Février
Les 11, 18, 25 Mars

2^{ème} trimestre :

Les 01, 08 Avril
Les 13, 20 Mai
Les 03, 10, 17, 24 Juin



Le P'Tit Train de l'Yonne
À Massangis
Mardi 14 juin

Balade en train avec explications par un guide sur l'histoire du tacot + restaurant

Départ 8h30 retour 18h
35€ par personne

