



# LE MIKADO

MJC CENTRE SOCIAL ANNECY NORD



## LES RENDEZ-VOUS DES SENIORS JANVIER 2019



POUR PARTICIPER AUX RENDEZ-VOUS SENIORS, L'ADHÉSION AU MIKADO EST OBLIGATOIRE.

LUN  
7  
JAN

### 14H30-17H **BAL POUR TOUS**

SITE NOVEL (Le Kube)

Venez danser, ou simplement profiter de la musique, à l'occasion de ce bal animé par Thierry et Roger. Des rafraichissements vous seront servis.

*2€ à régler sur place.*

MAR  
8  
JAN

### 14H30-16H30 **ATELIER PRÉVENTION NUTRITION**

SITE TEPPES

Cuisinons et associons des saveurs qui nous permettront de bénéficier des nutriments essentiels à notre santé.

*Gratuit.*

MER  
9  
JAN

### 14H30 **CONCERT À LA RÉSIDENCE HEUREUSE**

DÉPART SITE TEPPES

Nous irons écouter le Duo Parenthèse et partager un goûter.

*Gratuit.*

MAR  
15  
JAN

### 14H30-16h30 **ATELIER BIEN-ÊTRE**

SITE TEPPES Nous concoterons des recettes bien-être (crème, soin visage, savon ou dentifrice...). Ce moment nous permettra de partager des recettes. Le rendez-vous sera proposé une à deux fois par mois tout au long de l'année et un journal des recettes sera réalisé.

*Gratuit.*

MAR  
22  
JAN

### 14H30 **SORTIE CINÉMA "FRIC FRAC"**

SITE NOVEL (Cinéma Novel)

Découvrons ou redécouvrons ce classique de Claude Autant-Lara et Maurice Lehmann, avec Fernandel et Arletty.

*4€ (tarif groupe).*

MAR  
29  
JAN

### 14H30-16h30 **JEUX DE SOCIÉTÉ**

SITE TEPPES

Venez jouer et discuter autour d'une boisson chaude.

*Gratuit.*

#### INSCRIPTIONS :

Auprès de l'animatrice Senior Famille  
par mail [asf@lemikado.org](mailto:asf@lemikado.org)  
ou au 07 83 06 55 81.

LE MIKADO Site Teppes  
Place des Rhododendrons  
74000 Annecy  
04 50 57 56 55  
[www.lemikado.org](http://www.lemikado.org)

**ANNECY** **haute savoie**  
le Département

