



# LE MIKADO

MJC CENTRE SOCIAL ANNECY NORD



## LES RENDEZ-VOUS DES SENIORS OCTOBRE 2019



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

MAR  
1<sup>ER</sup>  
OCT

### 14H-16H CAFÉ PHILO AVEC DANIELLE HANI-MARAI

SITE TEPPES

Autour d'un café, discutons de la croissance/décroissance pour ce premier café-philo !

*Gratuit.*

MAR  
8  
OCT

### 14H-17H30 BALADE AU LAC DE MARIET À ARITH (COEUR DES BAUGES)

SITE TEPPES

Balade facile dans la grande clairière du Mariet au cœur des Bauges pour profiter des couleurs de l'automne. Prévoir une bonne paire de basket, un vêtement de pluie et une bouteille d'eau.

*Gratuit, sur réservation (places limitées).*

LUN  
14  
OCT

### 9H-17H JOURNÉE ATELIER PAIN

DÉPART SITE TEPPES

Préparation du pain, dans toutes ces étapes pour amorcer un travail sur soi et se poser la question du bien vieillir. Repas compris dans la journée.

*Gratuit, sur réservation (places limitées).*

MAR  
22  
OCT

### 14H30 SÉANCE CINÉ-SENIORS : "LE KID" DE CHARLIE CHAPLIN

SITE NOVEL (CINÉMA NOVEL)

(Etats-Unis - 1921 - 52min) Séance intergénérationnelle avec ce grand classique du cinéma muet.

Avant la séance : court métrage surprise.

*Tarif unique : 4,50€*

VEN  
25  
OCT

### 18H30-21H SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ AVEC LE COMITÉ DE QUARTIER

DÉPART SITE TEPPES

Venez découvrir de nouveaux jeux de société avec une animatrice qui vient tout spécialement dans les locaux du comité de votre quartier

*Gratuit.*

MAR  
29  
OCT

### 14H-15H30 DÉCOUVERTE DE I-DANCE, UNE OEUVRE PROPOSÉE PAR BONLIEU SCÈNE NATIONALE POUR CRÉER VOTRE DOUBLE

SITE NOVEL

Cette œuvre vous propose de passer votre silhouette au scanner afin de créer votre double numérique pour ensuite le costumer et créer votre personnage qui s'animerait sur des chorégraphies créées par des grands noms de la danse.

*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

