

O.V.S.A. Organisme Valenciennes des Séniors Actifs

10 rue des Ursulines, Valenciennes (1^{er} étage) - Permanence le Vendredi de 14 à 16h45 (sauf vacances scolaires)

Site: <http://ovsa-valenciennes.fr> - Mail: ovsa.valenciennes@gmail.com - (: 03 27 22 43 91

Facebook:: OVSA - Organisme Valenciennes des Séniors Actifs

Activités mensuelles: sept - octo - nov - déc 2025

BIJOUX	Jeudi à 9h30 Jeudi à 14h00	16 octobre - 18 décembre - 25 septembre - 20 novembre
CAFE LITTERAIRE	Vendredi à 14h00	12 septembre - 17 octobre - 21 novembre - 19 décembre
COMPOSITIONS FLORALES	Samedi à 14h30	11 octobre - 15 novembre - 13 décembre
DANSE	Mardi à 14h00	9 septembre - 7 octobre - 4 novembre - 2 décembre
ENCADREMENT	Jeudi à 14h00	16 octobre 27 novembre - 18 décembre
MÉMOIRE	Groupes 1A & 2A	Vendredi à 9h30 3 octobre - 7 novembre - 5 décembre
	Groupe 1B	Vendredi à 14h00 3 octobre - 7 novembre - 5 décembre
	Groupe 2B	Vendredi à 14h00 10 octobre - 14 novembre - 12 décembre
	Groupe 3	Jeudi à 9h30 2 octobre - 6 novembre - 4 décembre

Activités hebdomadaires sauf pendant vacances scolaires

Vacances de Toussaint du 18 octobre au 3 novembre

Vacances de Noël du 20 décembre au 5 janvier

LUNDI	Marche	Départ à 10h00	Rendez-vous au parking de l'Etang du Vignoble - Pas d'interruption pendant les vacances scolaires + voir ANNEXE 1
	Anglais	14h à 14h50	Réunion des 2 groupes le lundi 29 septembre à 14h00 à la Maison des Associations pour présentation de Betty Mattioli nouvelle animatrice.
		15h à 15h50	Ensuite reprise des cours tous les lundis.
MARDI	Espagnol	9h30 à 11h00	Avec Griselda: Confirmé (e)s Reprise le 23 septembre
		9h30 à 11h00	Débutants: en attente
	QI Gong	11h00 à 12h00	A la suite du cours d'espagnol, gymnastique traditionnelle chinoise animée par Luc (maxi = 8 personnes)
	Gym	16h30 à 17h30	Avec Megan: gym douce pour séniors (5 euros la séance) Reprise le 9 septembre
	Peinture	13h45	Avec Adeline Reprise le 9 septembre
	Scrabble	14h à 17h	Groupe 1 Reprise le 9 septembre
MERCREDI	Marche	Départ à 10h00	Rendez-vous au parking de l'Etang du Vignoble - Pas d'interruption pendant les vacances scolaires + voir ANNEXE 1
JEUDI	Scrabble	14h à 17h	Groupe 2 Reprise le 11 septembre
	Allemand	14h à 16h	Avec Renée Carlin: à la MQCV les 2 premières semaines et à la MDA les semaines suivantes. Reprise le 3 octobre
	Yoga	17h	Avec Pauline (5 euros la séance) - les 4,11 et 18 sept - le 9 octo - les 13 et 20 nov - le 11 déc
VENDREDI	Anglais	13h45 à 15h10	Avec Dominique Lafont: conversation groupe 1 Reprise le 19 septembre
		15h20 à 16h45	Avec Dominique Lafont: conversation groupe 2 Reprise le 19 septembre

Voyages:

Lieu	Date	Prix	
Madrid	du 5 Octobre au 13 Octobre 2025	prix 1 993 €	Voir les mails envoyés précédemment
Canaries	du 17 Janvier au 24 janvier 2026	prix 1 109 € base 20 personnes	
Portugal / Algarve	du 10 mai au 19 mai 2026	prix 1 895 € base 20 personnes + Taxe de séjour 18€/personne	
Thaïlande	Novembre 2026	prix 2 025 € base 20 personnes	

Pour les voyages de 2026, une réunion de présentation est prévue le lundi 8 septembre à 14h30 à la Maison des Associations

Théâtre

Voir ANNEXE 2

Sorties proposées

Lieu	Date	Prix	
Saint Denis	15-oct-25	 170 € - base 25 participants déjeuner, boisson et collation compris	ANNEXE 3
Meaux	12-nov-25	 135 € - base 25 participants déjeuner, boisson et collation compris	ANNEXE 4
Ecouen - Senlis	03-déc-25	 135 € - base 25 participants déjeuner, boisson et collation compris	ANNEXE 5

 **Pour les sorties, règlement auprès de Monique Hégo à la réservation, non remboursable 45 jours avant la date de départ.**

Festival du cinéma	du 26 au 30 septembre	Journée spéciale OVSA le dimanche 28 septembre  Billets à 4 € pour toute la durée du festival	ANNEXE 6
Café Patrimoine	le 19 septembre	Médiathèque Simone Veil à 15h00 Places assises limitées	ANNEXE 7
Partenaire AASPPG	08-nov-25	42 €	ANNEXE 8

Forum des associations

A la salle Vauban

Le samedi 6 septembre à partir de 14h00 - Atelier bijoux de 15h à 16h
Le dimanche 7 septembre à partir de 10h00 jusque 18h00 - Atelier mémoire de 14h30 à 15h30

Règlement pour la cotisation

Votre bulletin prérempli sera disponible à la permanence à partir du vendredi 5 septembre.
Inscription obligatoire avant la reprise des cours.
Règlement par chèque bancaire ou espèces

Contact: Monique Hégo ☎ 06 83 17 89 15