

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

10 rue des Ursulines, Valenciennes (1<sup>er</sup> étage) - Permanence le Vendredi de 14 à 16h45 (sauf vacances scolaires)

Site: <http://ovsa-valenciennes.fr> - Mail: [ovsa.valenciennes@gmail.com](mailto: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<br>Jeudi à 14h00 | 16 octobre - 18 décembre -<br>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 Mattiotti nouvelle animatrice. Ensuite reprise des cours tous les lundis. |
|          |          | 15h à 15h50    |                                                                                                                                                                                       |
| MARDI    | Espagnol | 9h30 à 11h00   | Avec Griselda: Confirmé ( e )s<br>Reprise le 23 septembre                                                                                                                             |
|          |          | 9h30 à 11h00   | Avec Mareela: Débutant(e)s                                                                                                                                                            |
|          |          |                |                                                                                                                                                                                       |
|          | Gym      | 16h30 à 17h30  | Avec Megan: gym douce pour séniors (5 euros la séance)<br>Reprise le 9 septembre                                                                                                      |
|          | Peinture | 13h45          | Avec Adeline<br>Reprise le 9 septembre                                                                                                                                                |
| MERCREDI | Scrabble | 14h à 17h      | Groupe 1<br>Reprise le 9 septembre                                                                                                                                                    |
|          | 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                                                                                                                                                                             |
| 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<br>Reprise le 19 septembre                                                                                                               |
|          |          | 15h20 à 16h45  | Avec Dominique Lafont: conversation groupe 2<br>Reprise le 19 septembre                                                                                                               |

Voyages:

| Lieu               | Date                             | Prix                                                            | Voir les mails envoyés précédemment |
|--------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Madrid             | du 5 Octobre au 13 Octobre 2025  | prix 1 993 €                                                    |                                     |
| Canaries           | du 17 Janvier au 24 janvier 2026 | prix 1 109 €<br>base 20 personnes                               |                                     |
| Portugal / Algarve | du 10 mai au 19 mai 2026         | prix 1 895 € base 20 personnes<br>+ Taxe de séjour 18€/personne |                                     |
| Thaïlande          | Novembre 2026                    | prix 2 025 €<br>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<br>déjeuner, boisson et collation compris   | <b>ANNEXE 3</b> |
| Meaux           | 12-nov-25 |  135 € - base 25 participants<br>déjeuner, boisson et collation compris  | <b>ANNEXE 4</b> |
| Ecouen - Senlis | 03-déc-25 |  135 € - base 25 participants<br>déjeuner, boisson et collation compris | <b>ANNEXE 5</b> |

 **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<br>le dimanche 28 septembre<br> <b>Billets à 4 €</b><br><b>pour toute la durée du festival</b> | <b>ANNEXE 6</b> |
| Café Patrimoine    | le 19 septembre       | Médiathèque Simone Veil à 15h00<br>Places assises limitées                                                                                                                                              | <b>ANNEXE 7</b> |
| Partenaire AASPPG  | 08-nov-25             | 42 €                                                                                                                                                                                                    | <b>ANNEXE 8</b> |

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 jusqu'à 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**