



# FLASH INFOS

**OCTOBRE – NOVEMBRE – DECEMBRE 2024**

*Chères adhérentes, chers adhérents, une nouvelle année associative démarre et nous sommes heureux de vous compter parmi nos adhérents, L'association Amitié Activité (C3A), vous propose les activités suivantes :*

## ACTIVITES PHYSIQUES

*Pour toutes ces activités un certificat médical est obligatoire*

### Gymnastique d'entretien

Le mardi de 10h30 à 11h30

Le jeudi de 10h30 à 11h30

Le vendredi de 10h30 à 11h30

Salle Victor Henry 8 rue de Metz

Participation 120 €/an pour un cours

180€/an pour deux cours

### AquaGym – Natation

Les lundi et jeudi de 16h à 16h45

à la piscine intercommunale de Houilles

40 rue du Président Kennedy

Aquagym 72 €/an, 108€/an deux cours

Natation 36 €/an

(Il est obligatoire de porter un bonnet de bain et de prendre une douche)

### YOGA

Le vendredi de 09h à 10h et de 10h à 11h

Salle Michelet 19 place Michelet

Participation 144 €/an pour un cours

### Tennis de Table

Le mercredi de 09h à 12h

Le vendredi de 15h à 18h

Gymnase Ostermeyer 16 rue Louise Michel

Participation annuelle de 10 €

**CARTE D'ADHÉRENT(E)**  
*mise à jour à présenter*  
**OBLIGATOIREMENT** pour  
*chaque activité*

### COORDONNEES UTILES

Gérard ROSEL (Président)

Eliane Lecomte (Trésorière)

Monique Bouny (Trésorière adjointe)

Monique Trognon (Culture et Sorties)

Michel Bardinet

Christine DESSAUSSOIS (Secrétaire)

Michelle ROUET (Secrétaire adjointe)

Georgette Sannié

Tel : 06 51 91 80 54

Tel : 06 80 85 81 43

Tel : 06 67 68 82 46

Tel : 06 09 25 25 64

Tel : 06 84 52 90 86

Tel : 06 87 31 12 06

Tel : 06 63 12 85 48

Tel : 06 60 78 37 74

**Permanence les lundi et jeudi de 14h à 16h 19 Place Michelet – 78800 Houilles**

**Nouvelle adresse e-mail : houillesc3a@gmail.com**

**site : <http://c3ahouilles.e-monsite.com>**

## ACTIVITES ARTISTIQUES

Ces activités se déroulent au 19 place Michelet :

- **Dessin** : Mardi de 9h à 12h :
- **Peinture** sur soie : Jeudi de 9h à 12h :

Pour ces ateliers la participation annuelle est de 10€

Un soutien informatique est proposé (apporter votre matériel) gratuit

## CULTURE ET REUNIONS AMICALES

- Samedi 12 octobre 2024 : Thé dansant 1 2 3 Triplex → gratuit
- Mardi 19 novembre 2024 : Assemblée Générale C3A au Triplex
- Lundi 25 novembre 2024 : Beaujolais en fête au siège du C3A à 11H → gratuit
- Samedi 7 décembre 2024 : Le Lido Hello Dolly 100€ (restaurant et spectacle)
- Mardi 17 Décembre 2024 : thé dansant de fin d'année à 14H au Triplex → gratuit

*Déjà prévu pour 2025 :*

- Mardi 14 janvier 2025 : Vœux et galette au Triplex à 14H → gratuit
- Vendredi 24 janvier 2025 : les gestes qui sauvent 10€ de 14h à 16h (sur inscription au C3A)
- Mardi 11 février 2025 14H : fêtons la chandeleur ensemble en dansant → gratuit

## CONFERENCE à la graineterie

les **mercredi à 15H** , suivies d'un **gouter** (participation 8€)

- ❖ 27 novembre 2024 « We have a dream » de Pascal Plisson, en écho à la semaine du handicap
- ❖ 8 janvier 2025 : Waorani, à l'orée d'un nouveau monde Aux confins de l'Amazonie sauvage, en 2019,
- ❖ 5 février 2025 : Bovines ou la vraie vie de vaches, En écho à l'ouverture du salon de l'agriculture
- ❖ 25 mars 2025: Furcy, le procès de la liberté, Echo au programme scolaire d'histoire, classe de 4ème sur le processus d'abolition. *Vous verrez comment un esclave devint un homme...*

## OFFRE DECOUVERTE CALICEO

*Le C3A vous propose un pass esprit libre +, 1 par adhérent valable pour une journée au tarif de 20€ au lieu de 39€*

## JEUX DE SOCIETE

Les lundi et jeudi de 14h à 16h : **belote, tarot, scrabble, dames, rami...**  
vous pouvez passer un après midi agréable au 19 place Michelet

**Siège social : 19 Place Michelet – 78800 – 01 39 13 48 57 (les jours de permanence)**

**E-mail : houillesc3a@gmail.com**

**site : <http://c3ahouilles.e-monsite.com>**