

INFOS PRATIQUES

Carte d'adhésion à la Maison commune

obligatoire pour participer aux activités.

Coût de l'adhésion :

- 7€ pour une personne ou le premier membre d'une famille
- 3€ à partir du deuxième membre d'une famille

INSCRIPTION

Les inscriptions aux activités se font à l'**Espace Mouillères** de la Maison commune, situé 1 rue des Mouillères à Lons-le-Saunier.

Tel : 03 84 47 58 15.

Email : contact@maisoncommune.fr



Cofinancé par
l'Union européenne



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité



Ville
Lons le Saunier



ALLOCATION
FAMILIALE
Caf
de l'Île



REGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTE



ECLA
Lons Agglo

kalivi

Carsat
Retraite
& Santé
au travail



Siège social de la Maison commune
Espace Marjorie - 1 025 rue des Gentianes, 39 000 Lons-le-Saunier
maisoncommune.fr

Imprimé par nos soins. Association loi 1901 Maison commune - 1025 rue des Gentianes, 39 000 Lons-le-Saunier. Code APE 9004 Z Lons-le-Saunier. Ne pas jeter sur la voie publique.

association
maison commune
CENTRE SOCIAL • LONS LE SAUNIER

ACTIVITÉS SENIORS



**Toute une série d'activités conviviales
et enrichissantes pour les + de 60 ans !**

MAISON COMMUNE - ESPACE MOUILLÈRES
1 rue des Mouillères, 39 000 Lons-le-Saunier

CAFÉ SENIORS

Un temps de rencontre régulier et convivial permettant de tisser des liens, autour d'une tasse de café ou de thé.

**Le vendredi de 14h à 16h.
Foyer Bar de l'Espace Mouillères.**



COMMISSION SORTIE SENIORS

Une équipe de volontaires organise chaque mois des sorties pour les seniors. Ouverte à tous ceux qui souhaitent proposer des idées de sortie et s'impliquer dans leur organisation.

Réunion le premier lundi de chaque mois de 11h à 12h - Espace Mouillères.



SORTIES SENIORS

Chaque mois, une sortie conviviale : balade, visite, spectacle, restaurant, etc. Durée variable selon la sortie. Un bon moment alliant découverte et partage !

**1 sortie mensuelle.
Tarif selon sortie.**



REPAS PARTAGÉS

Un déjeuner par mois, organisé par la commission sorties seniors mais ouvert à tous. Venez partager ce moment chaleureux ! C'est gratuit et chacun apporte un plat à partager.

Premier lundi de chaque mois de 12h à 13h30 au foyer bar de l'Espace Mouillères.



SPORT SENIORS

Des séances de sport douces et adaptées aux seniors pour bouger en toute sécurité. Activité encadrée, dans la bonne humeur et le respect du rythme de chacun.

Le lundi (13h30-14h30) et jeudi (14h-15h). Salle de sport de l'Espace Mouillères. 15€ / trimestre



SÉJOUR SENIORS

Du 13 au 20 juin 2026, partez une semaine à la découverte de la Baule. Séjour organisé par la Maison commune, accessible à tous les retraités de plus de 60 ans. Tarifs préférentiels.

Réunion d'information et inscription en janvier 2026.



SEMAINE BLEUE

De nombreuses animations pour les seniors du lundi 6 octobre au dimanche 12 octobre 2026 (atelier intergénérationnel, spectacle, séance d'essai sport seniors, repas partagé).

Découvrez le programme complet sur notre site web ou à l'accueil.



SENIORS AU VOLANT

3 cycles par an de remise à niveau en code de la route et en conduite avec l'auto-école associative Couleurs mobiles. Cycles à venir : 29 sep-10 oct 2026 / février-mars 2026 et mai-juin 2026.

+ d'infos au 03 84 86 28 96 ou sur autoecole@maisoncommune.fr.

