

EDITO

# LE CCAS DES ACTIONS SOCIALES POUR TOUS

Madame, Monsieur, chers concitoyens,

Cette période de fin d'année est propice à rassembler les familles pour un moment de partage et de convivialité. On a coutume de dire que c'est la fête des familles.

On se retrouve autour du sapin, bien décoré pour l'occasion, pour échanger des cadeaux dans une ambiance chaleureuse et familiale.

Cela ne doit pas nous empêcher de penser à celles et ceux qui sont seuls, isolés, qui souffrent dans leur chair comme dans leur cœur, à celles et ceux qui sont confrontés aux conséquences d'une guerre aux quatre coins de la planète.

Restons solidaires, ayons une pensée pour tous ceux qui n'auront pas la chance d'être en famille et d'y trouver un peu de chaleur humaine.

Passez de bonnes fêtes de fin d'année et que l'an neuf vienne vous combler de bonheur et vous garder en bonne santé !

*Jean DELAUGERRE, Président du CCAS*



## NOUS CONTACTER :

**Mairie de Mezel**  
88 rue Guyot Dessaigne  
Mezel

☎ 04.73.83.11.07

**Mairie de Dallet**  
3 rue de la Porte du vent  
Dallet

☎ 04.73.83.10.18

**MUR-SUR-ALLIER**  
✉ ccas@mursurallier.fr



LE MAIRE, LES ADJOINTS ET LES CONSEILLERS MUNICIPAUX  
DE MUR-SUR-ALLIER VOUS SOUHAITENT DE JOYEUSES FÊTES  
ET VOUS INVITENT À PARTICIPER À LA

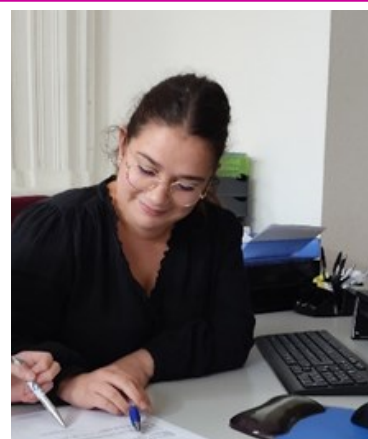
## cérémonie des vœux 2023

VENDREDI 6 JANVIER 2023

Maison du Temps Libre, MEZEL - 19H



RDV en 2024 à la salle polyvalente de DALLET !



Bienvenue à **Vahiana HENRY**,  
animatrice seniors à votre  
écoute dans la salle commune  
des LODGES **07 66 27 97 89**

# Janvier 2023

**Activités gratuites** proposées à toutes les personnes + de 60 ans résidant sur la commune de Mur-sur-Allier. Ces ateliers ont lieu **dans la salle commune des Logements Générationnels Seniors** (LODGES) secteur Mezel, rue de L'Azuré. **Sur inscription** au **07 66 27 97 89** ou sur **contact.lodges@mursurallier.fr**. Places limitées suivant les ateliers. **Des bénévoles peuvent venir chercher à domicile les personnes qui ne peuvent pas se déplacer**. N'hésitez pas à contacter l'animatrice Vahiana.

| <u>lundi</u>                                                                                                   | mardi                                                                     | mercredi                                                                                                                                                                    | jeudi                                                                                          | vendredi                                                                                                                                                                                               | samedi                                                  | dimanche                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2                                                                                                              | 3                                                                         | 4                                                                                                                                                                           | 5                                                                                              | 6                                                                                                                                                                                                      | 7                                                       | 8                                                                                                                     |
| <b>Salle fermée</b>                                                                                            | Karaoké 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                                 |                                                                                                                                                                             | Aide informatique avec Guillaume Bonté 10h30 à 12h<br><b>salle commune</b>                     | Gym douce de 9h à 10h et de 10h à 11h<br><b>salle commune</b><br><br>Epiphanie avec Galette des rois de 14h à 16h<br><b>salle commune</b><br>Vœux du Maire à 19h<br><b>Maison du Temps Libre Mezel</b> |                                                         |                                                                                                                       |
| 9                                                                                                              | 10                                                                        | 11                                                                                                                                                                          | 12                                                                                             | 13                                                                                                                                                                                                     | 14                                                      | 15                                                                                                                    |
| Yoga 11h à 12h<br><b>salle commune</b><br>Initiation pastel 14h30 à 17h<br><b>salle commune</b>                | Restaurant Royal d'Asie à Lempdes départ 11h30 de la <b>salle commune</b> |                                                                                                                                                                             | Belote 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                                                       | Gym douce de 9h à 10h et de 10h à 11h<br><b>salle commune</b><br><br>Entraînement Wii sport (sport connecté) 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                                                         | Repas des aînés à Dallet<br><b>salle polyvalente</b>    |                                                                                                                       |
| 16                                                                                                             | 17                                                                        | 18                                                                                                                                                                          | 19                                                                                             | 20                                                                                                                                                                                                     | 21                                                      | 22                                                                                                                    |
| Yoga 11h à 12h<br><b>salle commune</b><br>Anglais sous forme de jeux 14h30 à 15h30<br><b>salle commune</b>     | <b>Permanence du Maire 15h-17h</b>                                        |                                                                                                                                                                             | Aide administrative 9h à 12h<br><b>Permanence du Maire 15h-17h</b>                             | <b>Salle fermée</b>                                                                                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                       |
| 23                                                                                                             | 24                                                                        | 25                                                                                                                                                                          | 26                                                                                             | 27                                                                                                                                                                                                     | 28                                                      | 29                                                                                                                    |
| Yoga 11h à 12h<br><b>salle commune</b><br>Initiation aquarelle et pastel 14h30-17h<br><b>salle commune</b>     | Compétition Wii sport 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                   |                                                                                                                                                                             | Découverte de l'activité physique avec intervenant extérieur 14h à 16h<br><b>salle commune</b> | Gym douce de 9h à 10h et de 10h à 11h<br><b>salle commune</b><br><br>Patchwork 14h à 16h30<br><b>salle commune</b>                                                                                     | Repas des aînés à Mezel<br><b>Maison du Temps Libre</b> |                                                                                                                       |
| 30                                                                                                             | 31                                                                        | Notes                                                                                                                                                                       |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                        |                                                         |                                                                                                                       |
| Yoga 11h à 12h<br><b>salle commune</b><br>Danse en ligne 15h à 16h + goûter à apporter<br><b>salle commune</b> | Jeux de société 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                         | <input type="checkbox"/> Activités salle commune <input type="checkbox"/> Manifestations communales<br><input type="checkbox"/> Ateliers équilibre salle polyvalente Dallet |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                        |                                                         | Directeur de publication : Jean DELAUGERRE<br>Mise en impression : CCAS de Mur-sur-Allier<br>Tirage: 1570 exemplaires |

**Activités gratuites** proposées à toutes les personnes + de 60 ans résidant sur la commune de Mur-sur-Allier. Ces ateliers ont lieu **dans la salle commune des Logements Génération Seniors (LODGES)** secteur Mezel, rue de L'Azuré. **Sur inscription** au **07 66 27 97 89** ou sur **contact.lodges@mursurallier.fr** Places limitées suivant les ateliers. **Des bénévoles peuvent venir chercher à domicile les personnes qui ne peuvent pas se déplacer.** N'hésitez pas à contacter l'animatrice Vahiana.

| lundi                                                                                                                                                                        | mardi                                                                                                               | mercredi | jeudi                                                                                                                           | vendredi                                                                                                                             | samedi | dimanche |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------|
| 30                                                                                                                                                                           | 31                                                                                                                  | 1        | 2                                                                                                                               | 3                                                                                                                                    | 4      | 5        |
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                     |          | Crêpes pour la Chandeleur<br>14h à 16h<br><b>salle commune</b>                                                                  | Gym douce de 9h à 10h et 10h à 11h<br><b>salle commune</b><br><br>Karaoké 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                          |        |          |
| 6                                                                                                                                                                            | 7                                                                                                                   | 8        | 9                                                                                                                               | 10                                                                                                                                   | 11     | 12       |
| Yoga 11h à 12h <b>salle commune</b><br><br>Anglais sous forme de jeux<br>14h30 à 15h30<br><b>salle commune</b>                                                               | Jeux libres 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                                                                       |          | Bowling départ à 13h30 de la<br><b>salle commune</b>                                                                            | Gym douce de 9h à 10h et de 10h à 11h<br><b>salle commune</b><br><br>Atelier fabrication de savons<br>14h à 16h <b>salle commune</b> |        |          |
| 13                                                                                                                                                                           | 14                                                                                                                  | 15       | 16                                                                                                                              | 17                                                                                                                                   | 18     | 19       |
| Yoga 11h à 12h <b>salle commune</b><br><br>Belote et jeux 15h à 17h<br><b>salle commune</b>                                                                                  | Atelier équilibre 11h à 12h<br><b>salle polyvalente Dallet</b>                                                      |          | Restaurant La Bonne Fran-<br>quette Cournon départ<br>11h30 de la<br><b>salle commune</b><br>Café discussion libre<br>14h30-16h | Gym douce de 9h à 10h et de 10h à 11h<br><b>salle commune</b><br><br>Belote 14h à 16h<br><b>salle commune</b>                        |        |          |
| 20                                                                                                                                                                           | 21                                                                                                                  | 22       | 23                                                                                                                              | 24                                                                                                                                   | 25     | 26       |
| Yoga 11h à 12h <b>salle commune</b><br><br>Initiation pastel 14h30-17h <b>salle commune</b>                                                                                  | Atelier équilibre 11h à 12h<br><b>salle polyvalente Dallet</b><br><br>Jeux libres 14h à 16h<br><b>salle commune</b> |          | Aide informatique<br>avec Guillaume Bonté<br>14h à 16h<br><b>salle commune</b>                                                  | Gym douce de 9h à 10h<br>et de 10h à 11h <b>salle commune</b><br><br>Patchwork 14h à 16h30<br><b>salle commune</b>                   |        |          |
| 27                                                                                                                                                                           | 28                                                                                                                  |          |                                                                                                                                 |                                                                                                                                      |        |          |
| Yoga 11h à 12h <b>salle commune</b> 4<br>Concours fléchettes 15h à 16h<br><b>salle commune</b>                                                                               | Atelier équilibre 11h à 12h<br><b>salle polyvalente Dallet</b><br><br>Jeux libres 14h à 16h<br><b>salle commune</b> |          |                                                                                                                                 |                                                                                                                                      |        |          |
| Notes                                                                                                                                                                        |                                                                                                                     |          |                                                                                                                                 |                                                                                                                                      |        |          |
| <div><div><div></div> Activités salle commune</div><div><div></div> Manifestations communales</div></div> <div><div></div> Ateliers équilibre salle polyvalente Dallet</div> |                                                                                                                     |          |                                                                                                                                 |                                                                                                                                      |        |          |

**Activités gratuites** proposées à toutes les personnes + de 60 ans résidant sur la commune de Mur-sur-Allier. Ces ateliers ont lieu **dans la salle commune des Logements Générations Seniors** (LODGES) secteur Mezel, rue de L'Azuré. **Sur inscription au 07 66 27 97 89 ou sur [contact.lodges@mursurallier.fr](mailto:contact.lodges@mursurallier.fr)** . Places limitées suivant les ateliers. **Des bénévoles peuvent venir chercher à domicile les personnes qui ne peuvent pas se déplacer.** N'hésitez pas à contacter l'animatrice Vahiana.

**Activités gratuites** proposées à toutes les personnes + de 60 ans résidant sur la commune de Mur-sur-Allier. Ces ateliers ont lieu **dans la salle commune des Logements Générations Seniors** (LODGES) secteur Mezel, rue de L'Azuré. **Sur inscription au 07 66 27 97 89 ou sur [contact.lodges@mursurallier.fr](mailto:contact.lodges@mursurallier.fr)** . Places limitées suivant les ateliers. **Des bénévoles peuvent venir chercher à domicile les personnes qui ne peuvent pas se déplacer.** N'hésitez pas à contacter l'animatrice Vahiana.