



Nancy, le 14 Juin 2023

Chers adhérents,

Afin de mieux organiser la **reprise de nos ateliers, qui aura lieu le 25 septembre** prochain, nous profitons de ce courrier pour vous informer des modalités d'inscription aux activités :

- Votre fiche d'adhésion est à mettre à jour **impérativement** (voir pièce jointe)
- Les inscriptions seront échelonnées sur un calendrier en fonction des activités (*)
- Le certificat médical **dédié nommément aux activités sportives est obligatoire au moment de l'inscription (aucune inscription sans ce document)** (voir pièce jointe)
- Nous vous demandons aussi de vous munir de votre tapis personnel pour les activités sportives.

Pour bénéficier du tarif social, nous vous invitons à présenter votre avis de non-imposition 2022.

Les tarifs des activités ne sont pas définis à ce jour, car ils dépendent des réponses à nos demandes de soutien financier. Le catalogue est en cours de rédaction et vous sera proposé, dès réception, courant de la fin du mois de juillet.

Pour les personnes souhaitant ne prendre que la cotisation à l'Association, nous vous invitons à venir qu'à partir du 2 Octobre 2023.

Nous vous informons que la réunion des bénévoles aura lieu le Jeudi 5 Octobre 2023 à 10h, salle Raugraff.

En attendant, passez un bel été, et au plaisir de vous retrouver en septembre.

Radia DJEBIR,
Directrice

Tournez SVP



CALENDRIER DES ADHESIONS ET INSCRIPTIONS

DATES	ACTIVITES	
Du Lundi 28 Août au Vendredi 1 Septembre 2023	Club Photo	Chorale
	Dessin et peinture tous niveaux	Cuisiner
	Dessin	Café théâtre
	Couture Clémence	Plaisir de lire
	Atelier d'Hélène	
Du Lundi 4 au Vendredi 8 Septembre 2023	Remise en forme	Jeux d'Adresse
	Pilates	Zumba
	Stretching	Danse de salon
	Sophrologie	Balad'âge
	Tai Chi	Aquagym adapté
	Qi Gong	Equilibre (conférence)
	Mieux Etre	Marche nordique
	Gym douce	Tennis de table
	Gym dynamique	Self défense
Gym d'entretien	Badminton	
Mardi 12 et 19 septembre Mercredi 20 septembre de 14h à 16h	Italien	
Lundi 11 septembre de 13h30 à 16h30 Mardi 12 septembre de 9h30 à 16h30	Anglais	
Du Lundi 11 au Vendredi 15 Septembre 2023	Conférences Culturelles	Découverte des jeux de société
	Décrypt'Art	Pétanque
	Petit déjeuner seniors	Conférences généalogie
	Scrabble	Bridge
	Tarot	Quand les arts et la culture s'invitent chez vous
	Visite Cimetière de Préville	
Du Lundi 18 au Vendredi 22 Septembre 2023	Communication	Internet
	Logiciel et mise à jour	E-administration + E-commerce
	Traitement texte tableur diapo	



FICHE de RENSEIGNEMENT ADHERENT 2023-2024

NOM..... **Nom de jeune fille**.....

Prénom

Date de naissance Ville

Marie(e) Divorcé(e) Veuf(ve) Vie maritale Célibataire

Adresse complète

.....

.....

Code Postal Ville

Numéro de téléphone fixe

Numéro de téléphone portable

Mail

Personne à contacter en cas de problème :

NOM..... Prénom.....

Numéro de téléphone.....

Lien de parenté

Comment avez-vous connu l'ONPA

Avez-vous une activité salariée : oui non

Régime de retraite CARSAT AUTRE

Dernière profession Cadres Employés

 Ouvriers Personne au foyer





CERTIFICAT MEDICAL

Pour la pratique des activités physiques
Le présent certificat sera valable jusqu'au 30 juin 2024

Je soussigné(e).....,

Docteur en médecine, certifie que l'état de santé de :

Nom Prénom.....

Né(e) le

Ne présente à ce jour aucune contre-indication apparente à l'activité suivante :

.....

Fait à Nancy,le/...../2023

Signature et cachet du Médecin

