

Senior Infos

Chers seniors,

Selon l'évolution de l'épidémie de coronavirus (Covid-19), certaines activités pourront être reportées ou annulées. Nous vous remercions de votre compréhension.

▶ OCTOBRE

du 1^{er} au 2 octobre

□ FORUM DE PRÉSENTATION DES ACTIVITÉS DU TRIMESTRE

Judi 1^{er} octobre de 10h à 16h

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

À 14h : présentation des spectacles et des concerts du théâtre Louis Aragon en compagnie d'Anne Muffang la programmatrice des spectacles.

□ FORMATION À LA TABLETTE NUMÉRIQUE

Vendredi 2 octobre de 9h30 à 12h (groupe 1)

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

Vendredi 2 octobre de 13h30 à 16h (groupe 2)

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

□ AUTOMASSAGE SUR CHAISE

Vendredi 2 octobre de 10h à 11h30

Arpavie – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

Du 5 au 9 octobre

□ SEMAINE BLEUE 2020 :
DU 5 AU 11 OCTOBRE
En partenariat avec le Pôle municipal de santé et la Compagnie Alfred et Jacques d'Alexia Cascales

□ RELAXATION

Lundi 5 octobre de 10h à 12h

Espace Henri Barbusse

Tarif : 1€40

Limité à 20 personnes.
Apportez une serviette de bain et au besoin un oreiller.

□ CINÉ-DÉBAT

Lundi 5 octobre à 13h45

Cinéma

Jacques-Tati

Tarif : 3€30

□ CRÉATION D'UN JOURNAL LE PETIT RAPPORTEUR

Mardi 6 octobre de 10h à 11h30

Espace Albert Thomas

(Pavillon 1^{er} étage) – tarif : gratuit

Création d'un journal sur la vie quotidienne, les lieux de vie, les activités et sorties.

□ ATELIER MASCARADE : COMMEDIA DELL'ARTE

Mardi 6 octobre de 9h30 à 11h45

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

Limité à 9 personnes.
Finition de la peinture des masques de la Commedia dell'arte.

□ BINGO



Mardi 6 octobre à 14h30

Espace Henri Barbusse

tarif : gratuit

Limité à 20 personnes.

□ VISITE DU PETIT OLYMPIA DE MIGENNES

Mercredi 7 octobre

Tarif : quotient familial

Sortie en car à la journée

Visite guidée de la ville médiévale suivi d'un déjeuner dans un restaurant à Migennes, puis après-midi musicale. Découvrez la légende du petit Olympia de province. Les horaires seront communiqués ultérieurement.



❑ PÉTANQUE



Mercredi 7 octobre à 14h30
Rendez-vous place Albert Thomas
Tarif : gratuit

SENIORS ACADEMIE DANSE « LES VOLT'S AGES »

Jeudi 8 octobre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas – tarif : gratuit
Venez apprendre une chorégraphie avec un groupe de seniors bénévoles.

❑ BAL DU JEUDI



Jeudi 8 octobre de 14h15 à 17h15
Espace Jean Ferrat – tarif : 5€50
Sans inscription.

❑ DICTÉE DE PIVOT



Jeudi 8 octobre à 14h
Espace Henri Barbusse
tarif : gratuit
Animé par des seniors bénévoles.

❑ AUTOMASSAGE SUR CHAISE



Vendredi 9 octobre de 10h à 11h30
Arpavie – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

❑ SPECTACLE
AU TEMPS DU GRAND JACQUES
par la compagnie *Alfred et Jacques*
Vendredi 9 octobre à 15h
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Capacité : 20 personnes.

❑ THÉÂTRE LOUIS ARAGON
DEUX JOURS DE SPECTACLE !
Théâtre Louis Aragon – tarif : gratuit
Proches : vendredi 9 octobre à 20h
Juste Heddy : rencontre suivi du spectacle samedi 10 octobre à 19h
Limité à 20 places.

❑ DU 12 AU 16 OCTOBRE « SEMAINE DU GOÛT »



❑ EXPRESSION CORPORELLE

Lundi 12 octobre à 10h
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 12 personnes.
Apportez une serviette de bain et au besoin un oreiller.

❑ ATELIER MASCARADE
COMMEDIA DELL'ARTE
Mardi 13 octobre de 10h45 à 12h
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit

Limité à 9 personnes.
Jeux corporels et sonores avec les masques de la Commedia dell'arte.
Possibilité de création d'un mini-spectacle.

❑ SOIN DU VISAGE

Mardi 13 octobre de 10h à 12h
Espace Henri Barbusse – tarif : 1€40
Limité à 6 personnes.

❑ L'ÉCOLE DE LA MÉMOIRE

Mardi 13 octobre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

❑ ATELIER D'ART FLORAL

Mercredi 14 octobre à 9h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 7 personnes.
Apportez fleurs, feuillages, cailloux, plumes.

❑ PETITS JEUX

AVEC LES RÉSIDENTS D'ARPAVIE



Mercredi 14 octobre à 15h
Arpavie – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

❑ COMMISSION DES SENIORS



Jeudi 15 octobre à 14h30
Espace Albert Thomas – tarif : gratuit
Venez échanger vos idées pour les prochaines activités !

❑ ATELIER CULINAIRE À LA MAROCAINE

Vendredi 16 octobre de 10h à 12h
Espace Henri Barbusse – tarif : 1€40
Limité à 6 personnes.

❑ QUIZZ :

« COMMENT BIEN MANGER ? »

Vendredi 16 octobre de 14h30 à 17h
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Dans le cadre de la semaine du goût avec l'association Silver Fourchette.
En présence d'une diététicienne.

❑ THÉÂTRE

ET LE CŒUR FUME ENCORE

Samedi 17 octobre à 19h
Théâtre Louis Aragon
Limité à 30 personnes.

Du 19 au 23 octobre

❑ **BAL D'AUTOMNE
REPAS DANSANT**



Mardi 20 octobre à 12h
**Espace Jean Ferrat – tarif : quotient
ville**

Réservé aux Tremblaysiens. Uniquement
sur inscription et remise d'une invitation.

❑ **MARCHE DU BIEN-ÊTRE**



**Mercredi 21 octobre
de 9h45 à 11h45**
**Parc de la Poudrerie et canal
de l'Ourcq – tarif : 1€40**

Rendez-vous devant l'entrée du parc de
Vaujourn, rue Louis Dumas à gauche du
magasin Picard à 9h45.

❑ **BAL DU JEUDI**

Jeudi 22 octobre de 14h15 à 17h15
Espace Jean Ferrat – tarif : 5€50

Sans inscription.

❑ **L'ÉCOLE DE LA MÉMOIRE**



Jeudi 22 octobre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

❑ **AUTOMASSAGE SUR CHAISE**

Vendredi 23 octobre de 10h à 11h30
Arpavie – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

Du 26 au 30 octobre

❑ **RELAXATION**

Lundi 26 octobre à 10h15
Espace Henri Barbusse – tarif : 1€40

Limité à 20 personnes.

Apportez une serviette de bain et au besoin
un oreiller.

❑ **CRÉATION D'UN JOURNAL
LE PETIT RAPPORTEUR**

Mardi 27 octobre de 10h à 11h30
**Espace Albert Thomas (Pavillon
1^{er} étage) – tarif : gratuit**

Limité à 8 personnes.

Création d'un journal sur la vie quotidienne,
les lieux de vie, les activités et sorties.

❑ **AUTO MASSAGE ET GOMMAGE
DES MAINS**



Mardi 27 octobre de 10h à 12h
Espace Henri Barbusse – tarif : 1€40
Limité à 6 personnes.

❑ **T'ES PHILO :
PEUT-ON VIEILLIR SANS DEVENIR
VIEUX ?**



Mardi 27 octobre à 14h30

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

Limité à 10 personnes.

❑ **SENIORS ACADEMIE DANSE
PORTE OUVERTE**

« LES VOLT'S AGES »

Jeudi 29 octobre de 10h30 à 16h
(sans inscription)

Espace Albert Thomas – Pavillon

1^{er} étage – tarif : gratuit

Venez rencontrer le groupe Les Volt'ages.

❑ **BAL DU JEUDI**

Jeudi 29 octobre de 14h15 à 17h15

Espace Jean Ferrat – tarif : 5€50

Sans inscription.

▶ **NOVEMBRE**

Du 2 au 6 novembre

❑ **CINÉ DÉBAT**



Lundi 2 novembre à 13h45
Cinéma Jacques Tati – tarif : 3€30

❑ **EXPRESSION CORPORELLE**

Lundi 2 novembre à 10h

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

Limité à 12 personnes.

❑ **CRÉATION D'UN JOURNAL
PORTE OUVERTE**

LE PETIT RAPPORTEUR

Mardi 3 novembre de 10h30 à 16h

Tarif : gratuit

Espace Albert Thomas

Pavillon 1^{er} étage

Venir découvrir le fonctionnement d'un journal.

❑ BINGO

Mardi 3 novembre à 14h30

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

Limité à 20 personnes.

❑ VISITE DU MOULIN DE DANNEMOIS DE CLAUDE FRANÇOIS



Mercredi 4 novembre

Tarif : quotient ville

Sortie en car à la journée

Visite guidée le matin et l'après-midi de la maison et des jardins du chanteur. Déjeuner le midi. Les horaires seront communiqués ultérieurement.

❑ MARCHÉ DU BIEN-ÊTRE AU PARC DE LA POWDRERIE



Mercredi 4 novembre

de 9h45 à 11h45 – tarif : 1€40

Rendez-vous à la gare du Vert-Galant à 9h45.

Le rendez-vous peut-être annulé en fonction des conditions météo.

❑ AUTOMASSAGE SUR CHAISE

Mercredi 4 novembre de 10h à 11h30

Arpavie – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

❑ BAL DU JEUDI

Jeudi 5 novembre de 14h15 à 17h

Espace Jean Ferrat – tarif : 5€50

❑ DICTÉE DE PIVOT

Jeudi 5 novembre à 14h

Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

Animé par des seniors bénévoles.

❑ SENIORS ACADEMIE DANSE « LES VOLT'S AGES »

Jeudi 5 novembre de 14h30 à 16h

Espace Albert Thomas – tarif : gratuit

Venez apprendre une chorégraphie avec un groupe de seniors bénévoles.

❑ THÉÂTRE ARAGON

NOCTURNE DANSE #36 : GOUÂL ET SAVE THE LAST DANCE FOR ME



Samedi 7 novembre 2020 à 19h

Théâtre Louis Aragon – tarif : gratuit

Limité à 30 personnes.

Du 9 au 13 novembre

❑ L'ÉCOLE DE LA MÉMOIRE

Mardi 10 novembre de 14h30 à 16h

Espace Albert Thomas – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

Apportez un stylo.

❑ SOIN DU VISAGE

Vendredi 13 novembre de 10h à 12h

Rendez-vous à l'espace

Henri Barbusse – tarif : 1€40

Limité à 6 personnes.

❑ STAGE DÉTENTE

HATA YOGA, AUTOMASSAGE, RELAXATION



Vendredi 13 novembre de 10h15

à 12h ou de 14h15 à 16h30

Espace Henri Barbusse

Tarif : 1 ou 2 x 1€40

Limité à 10 personnes.

❑ THÉÂTRE ARAGON

LA NUIT DU CIRQUE PLEURAGE ET SCINTILLEMENT ET EXPOSITION IMMERSIVE LE BOXEUR ET LA TRAPÉZISTE

Samedi 14 novembre à 19h

ou dimanche 15 novembre

Tarif : gratuit

Limité à 20 personnes.

Du 16 au 20 novembre

❑ MARCHÉ RAPIDE

Lundi 16 novembre à 9h45

Parc de la Poudrière et canal de l'Ourcq

Limité à 12 personnes.

Rendez-vous devant l'entrée du parc de Vaujours, rue Louis Dumas à gauche du magasin Picard à 9h45.

❑ ATELIER DE CRÉATION D'ATTRAPE RÊVES



Mardi 17 novembre de 9h45 à 11h45

Espace Henri Barbusse – tarif : 1€40

Limité à 8 personnes.

❑ AUTO MASSAGE ET GOMMAGE DES MAINS

Mardi 17 novembre de 10h à 12h

Rendez-vous espace Henri Barbusse

Tarif : 1€40

Limité à 6 personnes.

Du 23 au 27 novembre

❑ L'ÉCOLE DE LA MÉMOIRE

Mardi 17 novembre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.
Apportez un stylo.

❑ ATELIER D'ART FLORAL D'HALLOWEEN



Mercredi 18 novembre à 9h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 7 personnes.

❑ MARCHÉ DU BIEN-ÊTRE

Mercredi 18 novembre de 9h45 à 12h
Parc de la Poudrerie et canal de l'Ourcq – tarif : 1€40
Limité à 12 personnes.
Rendez-vous devant l'entrée du parc de Vaujours, rue Louis Dumas à gauche du magasin Picard à 9h45.

❑ BAL DU JEUDI

Jeudi 19 novembre de 14h15 à 17h15
Espace Jean Ferrat – tarif : 5€50
Sans inscription.

❑ CONCERT LOUIS CHEDID



Vendredi 20 novembre à 20h30
Théâtre Louis Aragon – tarif : gratuit
50 places.

❑ APRÈS-MIDI VOYAGES : THAÏLANDE – LE TEMPLE DE LA SÉDUCTION

Vendredi 20 novembre de 14h30 à 16h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 20 personnes.

❑ RELAXATION

Lundi 23 novembre à 10h
Espace Henri Barbusse – tarif : 1€40
Limité à 20 personnes.
Apportez une serviette de bain et au besoin un oreiller.

❑ CRÉATION D'UN JOURNAL LE PETIT RAPPORTEUR



Mardi 24 novembre de 10h à 11h30
Espace Albert Thomas (Pavillon 1^{er} étage) – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.
Création d'un journal sur la vie quotidienne, les lieux de vie, les activités et sorties.

❑ T'ES PHILO CONSCIENCE OU INCONSCIENCE ?



Mardi 24 novembre à 14h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 9 personnes.

❑ AUTOMASSAGE SUR CHAISE

Mercredi 25 novembre de 10h à 11h30
Arpavie – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

❑ BAL DU JEUDI

Jeudi 26 novembre de 14h15 à 17h15
Espace Jean Ferrat – tarif : 5€50
Sans inscription.



❑ SENIORS ACADEMIE DANSE

« LES VOLT'S AGES »

Jeudi 26 novembre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

Venez apprendre une chorégraphie avec un groupe de seniors bénévoles.

❑ ATELIER CULINAIRE À LA MAROCAINE



Vendredi 27 novembre de 10h à 12h
Henri Barbusse – tarif : 1€40

Limité à 6 personnes.

▶ DÉCEMBRE

Du 1^{er} au 4 décembre

❑ CUSTOMISE TON INTÉRIEUR

Mardi 1^{er} décembre de 10h à 12h
Espace Henri Barbusse
tarif : gratuit

Limité à 6 personnes.

❑ SENIORS ACADEMIE DANSE LES VOLT'S AGES »

Mardi 1^{er} décembre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

Venez apprendre une chorégraphie avec un groupe de seniors bénévoles.

❑ ATELIER D'ART FLORAL D'HIVER



Mercredi 2 décembre à 9h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit

Limité à 7 personnes.

❑ BAL DU JEUDI

Jeudi 3 décembre de 14h15 à 17h15
Espace Jean Ferrat – tarif : 5€50

Sans inscription.

❑ RELAXATION

Vendredi 4 décembre à 14h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit

Limité à 20 personnes.

Apportez une serviette de bain et au besoin un oreiller.

Du 7 au 11 décembre

❑ AUTOMASSAGE SUR CHAISE

Lundi 7 décembre de 10h à 11h30
Arpavie – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

❑ CINÉ-DÉBAT

Lundi 7 décembre à 13h45
Cinéma Jacques-Tati – tarif : 3€30

❑ CRÉATION D'UN JOURNAL LE PETIT RAPPORTEUR

Mardi 8 décembre de 10h à 11h30
Espace Albert Thomas
(Pavillon 1^{er} étage) – tarif : gratuit

Limité à 8 personnes.

Création d'un journal sur la vie quotidienne, les lieux de vie, les activités et sorties.

❑ UNE JOURNÉE À CHANTILLY



Mercredi 9 décembre

Transport en car (les horaires seront
communiqués ultérieurement)

Tarif : quotient ville

Visite guidée du pavillon de Manse,
conservatoire des arts et métiers hydrauliques
et mécaniques suivi d'un déjeuner.

Visite guidée du musée de la dentelle.

❑ DISTRIBUTION DE CADEAUX DE NOËL



Jeudi 10 décembre de 10h à 16h30
Espace Albert Thomas

Sur présentation de votre carton.

❑ MARCHÉ DU BIEN-ÊTRE



Vendredi 11 décembre de 9h45 à 12h
Parc de la Poudrerie et canal
de l'Ourcq – tarif : 1€40

Limité à 10 personnes.

Rendez-vous devant l'entrée du parc
de Vaujours, rue Louis Dumas à gauche
du magasin Picard à 9h45.

❑ DISTRIBUTION DE CADEAUX DE NOËL

Vendredi 11 décembre
de 10h à 16h30
Salle Dossisard

Sur présentation de votre carton.

**❑ PRÉSENTATION
SPECTACLE ARAGON**

Vendredi 11 décembre à 14h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit

**❑ THÉÂTRE ARAGON
NIJINSKA, VOILÀ LA FEMME,
PRÉCÉDÉ D'UNE CONFÉRENCE SUR
LES BALLETS RUSSES
ET LA MODERNITÉ EN DANSE**

Samedi 12 décembre 2020 à 19h
Tarif : gratuit
30 places.

Du 14 au 18 décembre

❑ EXPRESSION CORPORELLE

Lundi 14 décembre à 14h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 12 personnes
Apportez une serviette de bain et au besoin
un oreiller.

**❑ DISTRIBUTION
DE CADEAUX DE NOËL**

Lundi 14 décembre de 13h à 17h
Hôtel de ville
Sur présentation de votre carton.

Mardi 15 décembre
de 15h30 à 18h30
Maison de quartier du Vieux-Pays
Sur présentation de votre carton.

❑ ATELIER D'ART FLORAL D'HIVER

Mercredi 16 décembre à 9h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 7 personnes.

**❑ DISTRIBUTION
DE CADEAUX DE NOËL**

Mercredi 16 décembre
de 14h à 15h30
Arpavie
Sur présentation de votre carton.

Vendredi 18 décembre
de 10h à 16h30
Espace Henri Barbusse
Sur présentation de votre carton.

❑ AUTOMASSAGE SUR CHAISE

Vendredi 18 décembre
de 10h à 11h30
Arpavie – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

**❑ BOUGEZ AVEC VOTRE CORPS
APRÈS-MIDI DANSANT
SUR LA THÉMATIQUE DE NOËL**

Vendredi 18 décembre à 14h30
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Limité à 20 personnes.

Du 21 au 24 décembre

❑ BARBUSSE FAIT SON CINÉMA

Mardi 22 décembre à 14h
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit

❑ LUDOTHÈQUE

APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ
Mercredi 23 décembre à 14h
Espace Henri Barbusse – tarif gratuit

**❑ ATELIER CULINAIRE
APÉRITIF EN FÊTE !**



Jeudi 24 décembre de 10h à 12h
Espace Henri Barbusse – tarif : 1,40€

Du 28 au 31 décembre

❑ BARBUSSE FAIT SON CINÉMA

lundi 28 décembre à 14h
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit

❑ AUTOMASSAGE

Mardi 29 décembre de 10h à 11h30
Arpavie – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

❑ L'ÉCOLE DE LA MÉMOIRE

Mardi 29 décembre de 14h30 à 16h
Rendez-vous à l'espace Albert
Thomas à 14h30 – tarif : gratuit
Limité à 8 personnes.

**❑ MARCHE DU BIEN-ÊTRE
SPÉCIALE NOËL !**

Mercredi 30 décembre de 9h45
à 12h (en fonction de la météo)
Parc de la Poudrerie et canal
de l'Ourcq – tarif : 1€40
Rendez-vous devant l'entrée du parc de
Vaujours, rue Louis Dumas à gauche du
magasin Picard à 9h45. Vin chaud et encas
de Noël à partager.

❑ RELAXATION

Jeudi 31 décembre de 10h à 12h
Espace Henri Barbusse – tarif : 1€40
Limité à 20 personnes.
Apportez une serviette de bain et au besoin
un oreiller.

❑ DICTÉE DE PIVOT

Jeudi 31 décembre à 14h
Espace Henri Barbusse
Tarif : gratuit
Animé par des seniors bénévoles.



Activités régulières au trimestre (sauf vacances scolaires)

☐ ATELIER PATCHWORK ET BRODERIE

Les mardis de 9h30 à 12h – Espace Henri Barbusse – tarif : gratuit

Animé par des seniors bénévoles.

Reprise en octobre (limité à 6 personnes)

☐ ZUMBA GOLD

Les mardis de 14h15 à 15h15 et de 15h15 à 16h15

Espace Henri Barbusse – tarif au quotient ville

En partenariat avec l'association Vivre mieux.

☐ GYM DOUCE

Tous les mardis de 16h15 à 17h15 – Espace Henri Barbusse

Tarif au quotient ville

En partenariat avec l'association Vivre mieux.

☐ ACTIVITÉS CRÉATIVES / QUILLING PAPER, CARTES À BRODER, FIBULES...

Les jeudis de 9h30 à 12h – Espace Henri Barbusse

Tarif : gratuit

Animées par des seniors bénévoles. Reprise à partir d'octobre.

☐ ATELIER TRICOT

Tous les jeudis de 14h30 à 16h30 – Espace Albert Thomas – tarif : gratuit

Animé par des seniors bénévoles.

☐ THAÏ CHI

Tous les jeudis de 14h30 à 15h45 – 2 allée Berthelot – tarif au quotient ville

En partenariat avec l'association Art de vivre.

☐ ATELIER « CHANSON POUR TOUS »

Tous les vendredis de 10h à 12h

La Strada – Esplanade des Droits de l'homme – tarif au quotient ville

Animé par la chanteuse Alexia Cascales.

☐ NATATION LIBRE

Tous les lundis et vendredis de 12h à 13h30 – tarif : gratuit

Entrée libre à la piscine sur présentation de la carte natation du CCAS. Pensez à la renouveler auprès de l'Espace Henri Barbusse.

☐ AQUAGYM

Les jeudis et vendredis (en deux groupes distincts) 11h30-12h10,

Ouverture des vestiaires à 11h20 et début des cours à 11h30

Tarifs au quotient ville

Pensez à renouveler votre carte d'Aquagym pour l'année 2020/2021

☐ COURS D'ANGLAIS

Tous les jeudis de 9h30 à 11h et de 11h à 12h30

Espace Angela Davis – tarifs au quotient ville

Animé par un professeur d'anglais.

Attention certains tarifs sont calculés selon le quotient familial de la ville. Pour faire calculer votre quotient, présentez-vous à l'Espace Henri Barbusse ou bien au service de l'Action sociale situé au 2^e étage de l'Hôtel de ville.

Où s'adresser ?

Espace Henri Barbusse

60 bis dixième avenue – 01 56 48 09 30

Ouvert tous les jours de 9h à 12h15 et de 13h15 à 17h
sauf le lundi, fermeture à 12h.

Espace Albert Thomas

place Albert Thomas – 01 48 60 40 54

Ouvert du mardi au vendredi de 9h à 11h45 et de 13h45 à 17h sauf le lundi.

ARPAVIE – 18 avenue de la Paix – 01 48 61 42 30

Courriel : loisirs.seniors@tremblayenfrance.fr

ville de **Tremblay-en-France**

tremblay-en-france.fr

