

Ville de Tremblay-en-France

octobre
novembre
décembre
2019

Senior Infos

PRESENTATION DES ACTIVITÉS
D'OCTOBRE, NOVEMBRE ET DÉCEMBRE
Lundi 30 septembre de 10h à 16h - Espace Henri Barbusse

OCTOBRE

Du 1^{er} au 4 octobre Du 7 au 11 octobre

- AUTOMASSAGE SUR CHAISE**
Mardi 1^{er} octobre de 10h30 à 11h30
Arparvie - tarif : gratuit
- L'ÉCOLE DE LA MÉMOIRE**
Nouvel atelier mémoire
Mardi 1^{er} octobre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas - tarif : gratuit
- SCRAPBOOKING**
CUSTOMISEZ VOTRE ALBUM PHOTO !
Mercredi 2 octobre à 9h30
Espace Albert Thomas - tarif : 1,40€
- MARCHE DU BIEN-ÊTRE**
Mercredi 2 octobre de 9h45 à 12h
Parc de la Poudrière et Canal de l'Ourcq - tarif : 1,40€
Rendez-vous devant l'entrée du parc de Vaughan, rue Louis Dumas à gauche du magasin Picard à 9h45.
- PÉTANQUE**
Mercredi 2 octobre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas - tarif : gratuit
- SENIOR ACADEMIE DANSE**
« LES VOLT'S AGES »
Jeudi 3 octobre de 14h30 à 16h
Espace Albert Thomas - tarif : gratuit
- HATA YOGA**
Vendredi 4 octobre
de 14h à 15h30 ou de 15h30 à 17h
Espace Henri Barbusse - tarif : 1,40€
Deux séances au choix à prélever sur la fiche d'inscription.
- ATELIER DE BIEN-ÊTRE**
Vendredi 4 octobre de 14h30 à 16h
Espace Henri Barbusse - tarif : 1,40€
Fabrication artisanale de produits de beauté ou ménagers.

C'EST LA SEMAINE BLEUE !
Séminaire intergénérationnel, de transmission et de partage des savoirs avec le Pôle municipal de santé et Alexia Cascales.

SEANCE DE CINÉMA
HOMME
de Yann Arthus-Bertrand - 2009 - 2h
Mardi 8 octobre de 14h30 à 16h30
Espace Henri Barbusse - tarif : gratuit
Uniquement sur inscription.

KARAOKÉ À PARTAGER
Mercredi 9 octobre de 11h à 12h
Espace Henri Barbusse - tarif : gratuit
Animé par Alexia Cascales et les entrées des accueils de loisirs.

PEINTURE ET AQUARELLE
Jeudi 10 octobre de 14h30 à 16h30
Espace Henri Barbusse - tarif : gratuit

QI GONG
Jeudi 10 octobre de 14h30 à 16h30
Espace Henri Barbusse - tarif : 1,40€


QUIZZ :
COMMENT BIEN MANGER ?
Vendredi 11 octobre de 14h30 à 17h
Espace Henri Barbusse - tarif : gratuit
Dans le cadre de la semaine du goût avec l'Association Silver Fouchette. En présence d'une diététicienne.



SENIORS INFOS

SI - Octobre - Décembre 2019

1 DOCUMENT - Publié le 01/10/2019

 [Seniors-infos-oct-dec-2019.pdf](#)
(.PDF, 6,37Mo)

 TÉLÉCHARGER

 Feuilletter 

 RETOUR À LA LISTE

MAIRIE DE TREMBLAY-EN-FRANCE

18 boulevard de l'Hôtel de Ville
93290 Tremblay-en-France

01 49 63 71 35