

Jeudi 6 décembre

Distribution des colis de Noël

À l'occasion de la Saint-Nicolas, un goûter animé sera proposé de 14h30 à 17h, suivi de la remise des colis de Noël pour les Seniors de 64 ans et plus.

Espace Louis-Armand – 142, rue Louis-Armand

Inscriptions obligatoires pour le colis et le goûter jusqu'au 25 novembre (au-delà de cette date, les inscriptions ne seront pas prises en compte)



Vendredi 14 décembre

Marché de Noël à Reims

150 chalets à découvrir pour faire pétiller vos fêtes. Visite de la Cathédrale le matin, après-midi libre et séance « illuminations » en début de soirée.

Inscriptions les 29 et 30 novembre - Tarif : 20€

Lundi 31 décembre

Soirée de la Saint-Sylvestre

L'espace Louis-Armand accueillera les Seniors entourés de leurs proches pour la soirée de la Saint-Sylvestre.

19h30 - Espace Louis-Armand - 142, rue Louis-Armand.

Tarifs : 10 € pour les Carriérois et 25 € pour les extérieurs

Inscriptions obligatoires du 3 au 7 décembre



Service communication de Carrières-sous-Poissy - 2018 - 01 34 01 19 30. Ne pas jeter sur la voie publique.

Animations Seniors

SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2018

VISITES / RÉCEPTIONS / RENCONTRES / ATELIERS / DÎNERS / SORTIES / SPECTACLES



En décembre, marché de Noël à Reims

Conditions pour bénéficier des activités Seniors :

- Être retraité
- Être âgé de plus de 60 ans
- Avoir sa résidence principale à Carrières-sous-Poissy
- Aucune inscription ne sera prise par téléphone

Pour toutes informations et inscriptions,
service Animation Seniors au Pôle Michel-Colucci
124, avenue Maurice-Berteaux
service.seniors@carrieres-sous-poissy.fr – 01 78 63 72 45



Jeudi 20 septembre

Déjeuner dansant sur le thème de l'automne

Animé par Gérard CURCI, chanteur de la Bande à Basile
12h - Restaurant municipal - Pôle Michel-Colucci
Tarif : 3,14 € - Inscriptions les 13 et 14 septembre

Mardi 25 septembre

Sortie à Compiègne « Il y a 100 ans déjà »

Visite du site de la Clairière de l'Armistice, avec son musée et le wagon du Maréchal Foch dans lequel a été signé l'armistice du 11 novembre 1918.
Inscriptions les 6 et 7 septembre - Tarif : 20 €

À noter sur vos agendas :

Du lundi 8 au dimanche 14 octobre

Semaine Bleue

Avec le Banquet des Seniors, dimanche 14 octobre
(programme complet à venir)

Jeudi 11 octobre

Visite de la Manufacture Bohin

Découvrez ce haut-lieu de la production « Made in France » en parcourant les allées des ateliers de fabrication d'épingles et d'aiguilles ainsi que son musée contemporain. À Saint-Sulpice-sur-Risle, avec déjeuner.
Inscriptions les 27 et 28 septembre - Repas à régler directement sur place
Les horaires vous seront communiqués le jour de l'inscription.

Jeudi 22 novembre

Déjeuner dansant : fêtons ensemble le Beaujolais !

12h - Restaurant municipal - Pôle Michel-Colucci
Tarif : 3,14 € - Inscriptions les 8 et 9 novembre



À partir du mois d'octobre

Ateliers créatifs Scrapbooking

Créer et confectionner un album photos.
Pôle Michel-Colucci - Gratuit



Ateliers « Santé à la carte »

Avec une diététicienne-nutritionniste diplômée.

- Vendredi 19 octobre : faites-le plein d'énergie pour passer l'hiver en forme.
 - Mardi 11 décembre : préparez les fêtes avec modernité, plaisir et équilibre ! Comment les concilier pour apprécier cette période de fin d'année propice aux repas conviviaux. De 10h à 12h au Pôle Michel-Colucci - Inscriptions obligatoires - Gratuit
- Renseignements et inscriptions à partir du 17 septembre

Ateliers « Bien chez soi »

Nouveau et Gratuit

Animé par des professionnels et experts de l'habitat qui s'appuient sur une méthode interactive conjuguant contenu scientifique, conseil, expérimentation et convivialité.

- Jeudi 18 octobre : un logement confortable, astuces et conseils.
- Jeudi 25 octobre : les bons gestes et postures dans les activités de la vie quotidienne.
- Jeudi 8 novembre : facilitez-vous la vie, le secret des accessoires innovants.
- Jeudi 15 novembre : pour un logement durable, l'importance des relations habitat santé-confort- économique et les moyens d'agir.

De 9h30 à 12h au Pôle Michel-Colucci
Renseignements et inscriptions à partir du 17 septembre

Activités sportives

Gym douce avec un éducateur sportif diplômé d'état.
Prévention des chutes, équilibre, étirements.

- Tous les mardis de 14h15 à 15h15 (hors vacances scolaires)
- Gymnase Champfleury - Rue Alexis-Quennet
Inscriptions obligatoires - Tarif : 3 € la séance



Relaxation - Sophrologie

- Tous les vendredis de 14h30 à 15h30 au Pôle Michel-Colucci
- Inscriptions obligatoires - Tarif : 3 € la séance

