

ATELIERS

ACTIVITÉS SPORTIVES : GYM DOUCE PRÉVENTION DES CHUTES, ÉQUILIBRE, ÉTIREMENTS

Les mardis de 15h30 à 16h30



Maison des Associations et du Bénévolat
Certificat médical demandé
Tarif : 3€ la séance – Places limitées
Inscription obligatoire avant le cours
au 01 78 63 72 00

RELAXATION-SOPHROLOGIE

Les vendredis de 14h30 à 15h30



Pôle Michel-Colucci
Tarif : 3€ la séance – Places limitées
Inscription obligatoire avant le cours
à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

CONDITIONS POUR BÉNÉFICIER DES ACTIVITÉS SENIORS:

- > Être retraité
- > Être âgé de 60 ans et plus
- > Avoir sa résidence principale à Carrières-sous-Poissy
- > Être inscrit auprès de la Maison Bleue

LA MAISON BLEUE VOUS ACCOMPAGNE

- > Aide aux démarches administratives et juridiques
- > Soutien à domicile (portage de repas et téléassistance)
- > Cabine de téléconsultation médicale
- > Espace public numérique et Conseiller numérique

RESTAURATION MUNICIPALE

Du lundi au vendredi (de 12h à 13h30)
Sur inscription auprès de la Maison Bleue
Tarif selon le barème communiqué

LA MAISON BLEUE

Pôle Michel-Colucci
124, rue Maurice Berteaux
maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr
01 78 63 72 00

- > Lundi, jeudi et vendredi de 8h30 à 12h et de 13h45 à 17h30
- > Mardi de 8h30 à 12h
- > Mercredi de 8h30 à 12h et de 13h45 à 19h

Service communication de Carrières-sous-Poissy – 2023 • 01 39 22 36 00. Ne pas jeter sur la voie publique.

- Déjeuner dansant
- Relaxation / sophrologie
- Animations
- Ateliers cuisine
- Activités sportives



MAI 2023

PROGRAMME



MARCHE

Mercredi 3 mai à 13h30

Rendez-vous sur le parking du Leclerc Saint-Louis
Renseignements et inscription obligatoire auprès
de l'Âge d'Or le mardi et le jeudi après-midi
au Pôle Michel-Colucci
Infos+ : Mme Pothin Liliane 06 67 66 34 97 ou
aux permanences



ATELIER CROCHET ET TRICOT

Jeudi 4 mai à partir de 10h

Moment convivial. Venez découvrir ou nous
faire découvrir vos ouvrages

Pôle Michel-Colucci
Renseignements à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

SPECTACLE AU PALAIS DES CONGRES « SHEN YEN »

Samedi 6 mai

Départ à partir de 13h – 1^{er} arrêt Rue du Docteur Touboul
Tarif : 62,50€
Renseignements et inscription auprès de l'Âge d'Or
le mardi et le jeudi après-midi au Pôle Michel-Colucci
Infos+ : Mme Grenier Martine au 06 62 38 68 05
ou aux permanences



COURS DE TAÏ-CHI

Jeudi 11 mai de 14h15 à 15h45

Tarif : 3€ la séance
Maison des Associations et du Bénévolat
Renseignements et inscription obligatoire avant
le cours à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

VISITE DU MUSÉE DE CLUNY

Vendredi 12 mai

Départ à partir de 12h30 – 1^{er} arrêt Chapelle Saint-Louis
Tarif : 24€ – Places limitées à 25 personnes
Renseignements et inscription jusqu'au 10 mai
auprès de l'Âge d'Or le mardi et le jeudi après-midi
au Pôle Michel-Colucci
Infos+ : Mme Grenier Martine au 06 62 38 68 05
ou aux permanences



LES ATELIERS DU NUMÉRIQUE

Lundi 15 mai de 14h à 16h

CONSEILLER NUMÉRIQUE France services
Pour vous familiariser avec votre
téléphone ou votre tablette et
apprendre à naviguer sur internet.

Pôle Michel-Colucci
Gratuit – Places limitées – Renseignements et
inscription obligatoire avant l'atelier à la Maison
Bleue au 01 78 63 72 00

GOÛTER AVEC ANIMATION OUVERT A TOUS

Mardi 16 mai de 14h à 17h

Avec l'humoriste imitateur Pascal Fleury
Espace Louis Armand
Tarif : 10€ adhérents de l'Âge d'Or – 15€ extérieurs
Renseignements et inscription jusqu'au 11 mai
auprès de l'Âge d'Or le mardi et le jeudi après-midi
au Pôle Michel-Colucci
Infos+ : Mme Grenier Martine au 06 62 38 68 05
ou aux permanences

VISITE DU MUSÉE DE LA BATELLERIE À CONFLANS SAINT-HONORINE

Mercredi 17 mai

Le château, son cellier et ses extérieurs
Départ 13h30 – Transport bus – Pôle Michel-Colucci
Tarif : 10€ – Places limitées à 30 personnes
Renseignements et inscription jusqu'au vendredi 5 mai
à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00



NAVETTE POUR VOUS RENDRE AUX CIMETIÈRES DE CARRIÈRES-SOUS-POISSY

Lundi 22 mai à partir de 9h

Avec possibilité de déposer vos fleurs
Sur rendez-vous – Renseignements et inscription
jusqu'au 19 mai à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

LES ATELIERS DU NUMÉRIQUE

Lundi 22 mai de 14h à 16h

CONSEILLER NUMÉRIQUE France services
Pour vous familiariser avec votre
téléphone ou votre tablette et
apprendre à naviguer sur internet.

Pôle Michel-Colucci
Gratuit – Places limitées – Renseignements et
inscription obligatoire avant l'atelier à la Maison
Bleue au 01 78 63 72 00

REPAS DANSANT « ANNÉE 70 »

Mardi 23 mai de 12h à 16h30

Animé par le groupe NEVADA
Tarif : 10€ – Pôle Michel-Colucci
Renseignements et inscription obligatoire jusqu'au 17 mai
à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00



COURS DE YOGA

Mercredi 24 mai de 10h15 à 11h30

Tarif : 3€ la séance
Maison des Associations et du Bénévolat
enseignement et inscription obligatoire avant
le cours à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

APRÈS-MIDI JEU INTERGÉNÉRATIONNEL

Mercredi 24 mai à partir de 14h

Jeu de mémoire
Pôle Michel-Colucci
Renseignements et inscription obligatoire avant
le cours à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

COURS DE TAÏ-CHI

Jeudi 25 mai de 14h15 à 15h45

Tarif : 3€ la séance
Maison des Associations et du Bénévolat
Renseignements et inscription obligatoire avant
le cours à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

LA REVANCHE D'UNE BRUNE

Vendredi 26 mai à 20h30

Théâtre à Carrières-sous-Poissy
Tarif adultes : 10€ – Tarif enfants : 5€
Espace Louis-Armand
Sur inscription : service.culturel@carrieres-sous-poissy.fr
Infos+ : 01 75 86 10 11



PÉTANQUE POUR TOUS ET POUR TOUT ÂGE

Vendredi 26 mai à partir de 14h

Terrain de boules – Avenue Vanderbilt – Gratuit
Renseignements auprès de la Maison Bleue
au 01 78 63 72 00 ou de l'Âge d'Or
Mme Grenier Martine au 06 62 38 68 05

LOTO INTERGÉNÉRATIONNEL & GOUTER

Mercredi 31 mai à 14h

Pôle Michel-Colucci
Renseignements et inscription jusqu'au 26 mai
à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00