ATELIERS

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

Les mardis 2, 23 et 30 avril de 15h30 à 16h30



Maison des Associations et du Bénévolat « Bernard Danel » Certificat médical Tarif : 3 € la séance - Places limitées Inscription obligatoire avant le cours Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00

RELAXATION-SOPHROLOGIE

Les vendredis 5 et 26 avril de 14h30 à 15h30



Pôle Michel-Colucci

Tarif: 3€ la séance - Places limitées Inscription obligatoire avant le cours

Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr

01 78 63 72 00

LES ATELIERS DU NUMÉRIQUE

Les lundis de 14h à 16h



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

Pôle Michel-Colucci – Gratuit – Places limitées Renseignement et inscription obligatoire Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr

01 78 63 72 00

MARCHÉ

DE CARRIÈRES-SOUS-POISSY TOUS LES DIMANCHES MATINS DE 8H30 À 14H **ESPLANADE DE LA REINE BLANCHE – PLACE SIMONE-VEIL**

CONDITIONS POUR BÉNÉFICIER DES ACTIVITÉS SENIORS

- Être retraité
- Ètre âgé de 60 ans et plus
- Avoir sa résidence principale
- à Carrières-sous-Poissy
- Etre 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

Déjeuner dansant Relaxation / Sophrologie Animations Ateliers cuisine

Activités sportives















ATELIER TRICOT

Les mardis 2, 9 et 30 avril de 9h45 à 11h45

Venez découvrir tous les secrets du tricot ou faire partager votre savoir-faire Pôle Michel-Colucci — 124, rue Maurice-Berteaux Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy 01 78 63 72 00

COURS DE YOGA

Les mercredis 3 et 24 avril de 10h15 à 11h30

Maison des Associations et du Bénévolat « Bernard Danel » — Tarif : 3 € la séance Renseignement et inscription obligatoire avant le cours Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00

OLYMPIADES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Mercredi 3 avril de 14h à 17h

Journée de partage autour du sport, d'information et de sensibilisation au handisport Complexe sportif Bretagne — Rue Pasteur Navette allez et retour sur inscription Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00



ATELIER « PLUS DE PAS »

Les ieudis 4, 11, 18 et 25 avril à 14h à 15h30

Animé par le PRIF (Prévention Retraite Île-de-France) Pour les personnes inscrites à cette activité Maison des Associations et du Bénévolat «Bernard Danel» Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00

COURS DE TAÏ-CHI

Les jeudis 11 et 25 avril de 14h15 à 15h45

Maison des Associations et du Bénévolat «Bernard Danel» Tarif : 3 € la séance Infos+ : maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr

01 78 63 72 00

GPSORCHESTRA « VOYAGE CLASSIQUE EN EUROPE »

Vendredi 5 avril à 20h30

Direction: Jean Fillon

Une nouvelle fois l'association GPSOrchestra vous propose un concert à l'issue de son année de résidence. Un voyage en Europe à travers ses plus grands compositeurs.

Espace Louis-Armand — 142 rue Louis-Armand Gratuit — Entrée libre Infos+: service.culture@carrieres-sous-poissy.fr 01 75 86 10 11



REPAS AVEC ANIMATION APRÈS-MIDI DANSANT

Samedi 6 avril

Auberge « La Ferme du Bout des Prés » Départ à 10h45

Tarif: 30 € (50 personnes maximum)
Renseignement et inscription jusqu'au 4 avril
auprès de l'Âge d'Or le mardi et le jeudi après-midi
au Pôle Michel-Colucci – 124, rue Maurice-Berteaux
Infos+: 01 78 63 72 00



LOTO INTERGÉNÉRATIONNEL & GOÛTER

Mercredi 10 avril à 14h

Pôle Michel-Colucci Renseignement et inscription jusqu'au 5 avril Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00



GOÛTER & LOTO

Mardi 16 avril de 14h à 16h30

Tarif : 3,50 € — Renseignement et inscription jusqu'au 18 avril auprès de l'Âge d'Or le mardi et le jeudi après-midi

Infos+: Pôle Michel-Colucci - 01 78 63 72 00

MARCHE

Mercredi 17 avril à 13h30

Départ du parking Leclerc Saint-Louis Renseignement et inscription obligatoire auprès de l'Âge d'Or le mardi et le jeudi après-midi au Pôle Michel-Colucci

Infos+: Mme Pothin Liliane au 06 67 66 34 97



PARCOURS INTERGÉNÉRATIONNEL « SPORT ET SANTÉ » SUIVI D'UN GOÛTER

Jeudi 18 avril à 14h à 16h30

En partenariat avec le Conseil Local des Jeunes *Pôle Michel-Colucci*

Renseignement et inscription jusqu'au 15 avril Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00

MARCHE ET RANDONNÉE

Lundi 22 avril après-midi

Découvrez les séances santé Départ Rue de la Reine Blanche Infos+: Mme Bélien au 06 83 52 06 27 libreaventure@yahoo.fr

REPAS DANSANT « LES ANNÉES 50-60 »

Mardi 23 avril de 12h à 16h30

Animé par le groupe NEVADA *Pôle Michel-Colucci – Tarif : 10 € Renseignement et inscription obligatoire jusqu'au 11 avril Infos+ : maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr*01 78 63 72 00



PÉTANQUE

Vendredi 26 avril de 14h à 17h

Avenue W.K. Vanderbilt Gratuit – Ouvert à tous (adhérents à l'Âge d'Or et à la Maison Bleue) Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00



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

Lundi 29 avril de 14h à 16h

Avec la possibilité de déposer vos fleurs. Sur rendez-vous Infos+: maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr 01 78 63 72 00

