

INSCRIPTION SEMAINE BLEUE 2021

Nom : Prénom : Date de naissance :/...../.....

Votre conjoint-e :

Nom : Prénom : Date de naissance :/...../.....

Adresse : 94190 Villeneuve-Saint-Georges

Téléphone domicile : /..... /..... /..... /.....

Téléphone mobile : /..... /..... /..... /.....

Mail :@.....

MERCI DE COCHER LES CASES QUI VOUS CONVIENNENT ET DE RETOURNER CE DOCUMENT
à la Maison des Séniors, 2 rue Charles Péguy – 94190 VILLENEUVE-SAINT-GEORGES

➔ LUNDI 4 OCTOBRE 2021

TAI CHI KHIEN association **SONG LONG**
Initiation à l'Art Vietnamien de relaxation.

Maison des Seniors **10h30 - 11h30**
2 rue Charles Péguy

ATELIER KIRIGAMI association **AAQN**
Le kirigami est l'art japonais du coupage de papier.

Salle Césaria Evoria **14h - 17h**
Rue Léon Blum

PEP'S ET MEMOIRE ATELIER du PRIF
*Stimulez vos neurones, de façon ludique,
avec les outils numériques*

Maison des Seniors **13h30 - 15h30**
2 rue Charles Péguy

JEUX DE SOCIÉTÉ association **SENIORS EVASION LOISIRS**
*L'association propose de découvrir son programme d'activités
et une initiation aux différents jeux de société*

Espace Cocteau **14h - 18h**
8 avenue Carnot

➔ MARDI 5 OCTOBRE 2021

TAI CHI KHIEN association **SONG LONG**
Initiation à l'Art Vietnamien de relaxation.

Maison des Seniors **10h30 - 11h30**
2 rue Charles Péguy

THÉÂTRE DE BOULEVARD
*Spectacle musical reprenant les plus grands succès de Bourvil,
une véritable invitation à une bouffée d'air frais, suivi d'une collation*

Sud-Est Théâtre **14h - 17h**
avenue Carnot

BIEN-ÊTRE & ESTHÉTIQUE association **VOISINS ET ENSEMBLE**
Coiffure, massage, maquillage et valorisation de soi au rendez-vous.

Maison des Seniors **14h - 17h**
2 rue Charles Péguy

YOGA association **AAQN**
*Posture et exercice de respiration
apportant un bien-être physique et mental*

Maison des Seniors **18h - 19h**
2 rue Charles Péguy

VISITE DES SERRES MUNICIPALES
*Visites guidées des serres municipales
et composition de bouquets*

Serres municipales **14h - 16h**
105 av. Anatole France

➔ MERCREDI 6 OCTOBRE 2021

RACONTE-MOI VILLENEUVE
*Avec le service des archives municipales
Redécouvrez des pans de l'histoire de la ville*

salle Antoine Pons **9h30 - 11h30**
36 bis rue Francis Martin

GYM AUTONOMIE
*Exercer une activité physique permet de conserver
une mobilité articulaire et de la tonicité musculaire*

MPT du Plateau **9h30 - 10h30**
Rue des Chênes **10h30 - 11h30**

MUSÉE NUMERIQUE ET RÉALITÉ VIRTUELLE
*Autour d'un petit déjeuner, visite de musées
en mode virtuel et réalité augmentée*

Micro-Folie **10h - 12h**
14 bis rue Pasteur

VISITE DES SERRES MUNICIPALES
*Visites guidées des serres municipales
et composition de bouquets*

Serres municipales **14h - 16h**
105 av. Anatole France

CONFÉRENCE « NORMANDIE, DE MERVEILLES EN MEMOIRE »

Sud-Est Théâtre **14h30**
Avenue Carnot

BIEN ETRE & ESTHÉTIQUE association **VOISINS ET ENSEMBLE**
Coiffure, massage, maquillage et valorisation de soi eu rendez-vous.

Maison des Seniors **14h - 17h**
2 rue Charles Péguy

ATELIER SERVIETAGE association AAQN*Art de pliage des serviettes***Maison des Seniors** ☐ 14h - 17h
2 rue Charles Péguy**JEUX DE PÉTANQUES***Initiation et concours de pétanque suivi d'un goûter***Maison Marianne** ☐ 14h - 17h
11/13 av. Paul Verlaine**THÉ DANSANT***Profitez d'un après-midi en musique, festif sur des rythmes latino***Maison des Seniors** ☐ 14h - 17h
2 rue Charles Péguy**➡ JEUDI 7 OCTOBRE 2021****MUSÉE NUMÉRIQUE ET RÉALITÉ VIRTUELLE***Autour d'un petit déjeuner, visite de musées en mode virtuel et réalité augmentée***Micro-Folie** ☐ 10h - 12h
14 bis rue Pasteur**GYM AUTONOMIE***Exercer une activité physique permet de conserver mobilité articulaire et tonicité musculaire***salle Clément Ader** ☐ 9h30 - 10h30
☐ 10h30 - 11h30**VISITE DES SERRES MUNICIPALES***Visites guidées des serres municipales et composition de bouquets***Serres municipales** ☐ 14h - 16h
105 av. Anatole France**ACTION DE PREVENTION PAR LE CENTRE DE SANTÉ***Les infirmières vous donnent des conseils Nutrition et hygiène de vie***Maison des seniors** ☐ 14h - 16h30
2 rue Charles Péguy**THÉ DANSANT***Profitez d'un après-midi en musique, festif sur des rythmes latino***Maison des Seniors** ☐ 14h - 17h
2 rue Charles Péguy**➡ VENDREDI 8 OCTOBRE 2021****SPORTS SENIORS & MARCHE NORDIQUE***Le service municipal des sports propose de vous initier aux activités sportives adaptées à votre condition physique.***Gymnase Saint-Exupéry** ☐ 9h30 - 11h30
rue Saint-Exupéry**SOPHROLOGIE****Maison des seniors** ☐ 11h - 12h
Maison Marianne ☐ 13h - 14h**ATELIER DE RÉALITÉ AUGMENTÉE****Médiathèque J. Ferrat** ☐ 10h - 11h / ☐ 11h - 12h
53 Rue de Paris**BIEN-ÊTRE & ESTHÉTIQUE** association VOISINS ET ENSEMBLE*Coiffure, massage, maquillage et valorisation de soi au rendez-vous.***Maison des Seniors** ☐ 14h - 17h
2 rue Charles Péguy**ATELIER DE MODÉLISATION 3D***Impression en 3D d'objets personnalisés***Micro-Folie** ☐ 17h - 20h
14 bis rue Pasteur**JEUX DE SOCIÉTÉ** association SENIORS EVASION LOISIRS*L'association propose de découvrir son programme d'activités et une initiation aux différents jeux de société***Espace Cocteau** ☐ 14h - 18h
8 avenue Carnot**LOTO***Organisée par l'association ASSAV, de nombreux lots à gagner***salle Malraux** ☐ 14h - 17h
Allée Matisse**CLÔTURE DE LA SEMAINE BLEUE***Pot convivial en présence de M. le Maire, les élus et les partenaires seniors de la ville***salle Malraux** ☐ 17h - 19h
Allée Matisse**➡ SAMEDI 9 OCTOBRE 2021****CONFERENCE-DEBAT « LES SENIORS ET LE NUMÉRIQUE »****Médiathèque J. Ferrat** ☐ 11h - 12h
Rue de Paris**MICRO MAQUETTE ET BALADE URBAINE***Projet de réalisation d'une maquette d'un quartier de la ville et visite du quartier des cheminots du foyer***Micro-Folie** ☐ 15h
14 bis rue Pasteur**TOUS LES JOURS**

Retrouvez des ateliers en ligne sur www.happyvisio.com avec des activités à suivre en visioconférence, en direct ou en replay, avec des professionnels sur les sujets qui vous intéressent.

Dispositif « CULTURE DU CŒUR » Favorise l'accès aux structures culturelles, sportives et de loisirs. Renseignements à la Maison des seniors.