

Animations *Seniors*

MAI JUIN JUILLET 2019

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

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

En juin, visite
de l'Armada de Rouen



Vendredi 17 mai

Visite guidée de l'usine de chaussettes Kindy

Déjeuner à Crillon, au cœur du bocage du Pays de Bray
Visite guidée par les propriétaires de la ferme
de la Vieille Rue, avec leur troupeau de Montbéliardes.

Départ à 7h45 - Inscriptions les 18/04 et 19/04 de 14h à 17h

Tarif : 20 €



Vendredi 7 juin

L'Armada 2019 « les grands voiliers sont de retour à Rouen »

Dîner au restaurant - Temps libre sur l'Armada

À 21h30, vous embarquerez sur une vedette pour une croisière au milieu
des géants des mers. Cette balade nocturne vous permettra d'admirer
le sublime feu d'artifice.

Départ de Carrières-sous-Poissy à 15h

Exceptionnellement Inscriptions

le mercredi 27 mars de 14h à 17h - Tarif : 20 €



Jeudi 20 juin

Fêtons ensemble la fête des Mères et des Pères et l'arrivée de l'été

Situé à Argueil, le Domaine de Clairval nous accueillera dans un cadre
exceptionnel. Le repas sera suivi d'un après-midi dansant.

Inscriptions les 23 et 24 mai de 14h à 17h - Tarif : 20 €

Jeudi 11 juillet

Journée sur la côte d'Albâtre

Le matin Veules-les-Roses pour y découvrir
le « plus petit fleuve ». Après le déjeuner visite
de la ferme des glaces à Artemare

Inscriptions les 13 et 14 juin de 14h à 17h - Tarif : 20 €



**ATTENTION SOYEZ VIGILANTS
SUR LES NOUVEAUX HORAIRES D'INSCRIPTIONS
L'APRÈS-MIDI DE 14H À 17H**

Ateliers créatifs Scrapbooking

Créer et confectionner un album photos

Pôle Michel-Colucci - Gratuit



Atelier Nutrition et Cuisine « santé à la carte »

Avec une diététicienne-nutritionniste diplômée

Vendredi 12 avril (Pâques) et vendredi 14 juin (printemps)

de 10h à 12h au Pôle Michel-Colucci

Inscriptions obligatoires pour les deux ateliers le lundi 1^{er} avril - Gratuit

Ateliers peinture par l'association APVC

Aquarelle, fusain, etc.

Tous les lundis de 9h à 11h

Pôle Michel-Colucci

Inscriptions obligatoires

Tarif : 30 € pour la période du 1/01 au 5/07/2019



Atelier mosaïque

Tous les mardis de 14h à 16h

Pôle Michel-Colucci

Inscriptions obligatoires

Tarif : 30 € pour la période du 1/01/ au 5/07/2019



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)

Salle Saint-Louis - Rue des Écoles

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