

## ATELIERS

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

Les mardis 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  
à la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

### RELAXATION-SOPHROLOGIE



Les vendredis 2, 9, 16 et 23 mai 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

### LES ATELIERS DU NUMÉRIQUE

Les lundis 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  
à la Maison Bleue au 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
- > 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 – 2025 • 01 39 22 36 00. Ne pas jeter sur la voie publique.



# LA MAISON BLEUE

Déjeuner dansant  
Relaxation / Sophrologie  
Animations  
Ateliers cuisine  
Activités sportives



MAI 2025

PROGRAMME



## ATELIER ÉQUILIBRE EN MOUVEMENT

Les vendredis 2, 16 et 23 mai de 10h à 11h30

Animé par le PRIF (Prévention retraite Île-de-France). Développez le sens de l'équilibre, diminuez les risques de chute et restez autonome le plus longtemps. Pôle Michel-Colucci – 124, avenue Maurice-Berteaux Renseignements et inscription obligatoire avant le cours auprès de la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

## MARCHE ET RANDONNÉE

Les lundis 5 et 19 mai

Découvrez les séances santé  
Départ rue de la Reine Blanche  
Renseignements auprès de Mme BÉLIEN  
au 06 83 52 06 27 ou sur libreaventure@yahoo.fr

## EXPOSITION « L'UNION EUROPÉENNE & L'OLYMPISME »

Du lundi 5 au vendredi 16 mai

Cette exposition présente les liens entre l'Olympisme et l'Union Européenne : les symboles et valeurs communes, des sportifs européens, les villes et pays organisateurs en Europe. Elle explique également comment l'Union Européenne a réussi à faire évoluer les règles du sport européen et même mondial en matière d'égalité et de respect des sportifs

Vernissage le mercredi 7 mai à 19h30 en présence de M<sup>me</sup> Iulia Badea-Gueritea, membre Team Europe et chargée de communication à la Maison de l'Europe de Paris

Hôtel de Ville – 1, place Saint-Blaise  
Infos+ : 01 39 22 36 26



## EXPOSITION « FESTIV'IMAGE »

Du mardi 6 au mercredi 28 mai

La Ville de Carrières-sous-Poissy et le Club photo CSP vous proposent une exposition de photographies. Vernissage le mardi 6 mai à 19h30  
Médiathèque Octave-Mirbeau – 270, Grande Rue  
Infos+ : 01 39 22 36 55

## COMMÉMORATION DU 80<sup>e</sup> ANNIVERSAIRE DE LA VICTOIRE DU 8 MAI 1945

Jeudi 8 mai à 10h30

Départ de l'Hôtel de Ville – 1, place Saint-Blaise

## ATELIER TRICOT

Les mardis 6, 13 et 27 mai de 9h45 à 11h45

Venez découvrir tous les secrets du tricot et de la couture ou partager votre savoir-faire. Pôle Michel-Colucci – 124, rue Maurice-Berteaux Renseignements et inscription auprès de la Maison Bleue au 01 78 63 72 00



## ATELIER JARDINAGE INTERGÉNÉRATIONNEL

Les mercredis de 14h à 16h – Hors vacances scolaires

Guidé par un professionnel du service municipal des Espaces verts et avec le Centre social et Culturel « Espace Rosa Parks ». Pôle Michel-Colucci – 124, rue Maurice-Berteaux Renseignements et inscription auprès de la Maison Bleue au 01 78 63 72 00



## COURS DE YOGA

Les mercredis 7 et 21 mai de 10h15 à 11h30

Maison des Associations et du Bénévolat « Bernard-Danel » – Tarif : 3 € la séance Renseignements et inscription obligatoire avant le cours auprès de la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

## APRÈS-MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

Mercredi 14 mai de 15h à 17h

Afin de profiter des beaux jours, la médiathèque se déplace au parc de l'Hôtel de Ville. Livres et jeux de société vous seront proposés à cette occasion. Un moment agréable et convivial à partager. Kiosque du parc de l'Hôtel de Ville Renseignements et inscription à [mediatheque@carrieres-sous-poissy.fr](mailto:mediatheque@carrieres-sous-poissy.fr) ou au 01 39 22 36 55

## « TOUT FEU TOUT FLEMME »

Samedi 17 mai à 20h30

Une comédie avec beaucoup d'humour... et la Flemme. Loraine et Martin sont complices, amoureux et la vie bat son plein quand un jour la flemme en personne vient s'installer chez eux. Espace Louis-Armand – 142, rue Louis-Armand Sur inscription à [service.culture@carrieres-sous-poissy.fr](mailto:service.culture@carrieres-sous-poissy.fr) Infos+ : 01 75 86 10 11



## FÊTE DU MUGUET ET « DÉFILÉ DE CHARS » À RAMBOUILLET

Dimanche 18 mai – Départ à 10h30

1<sup>er</sup> arrêt Champfleury – Tarif : 20 € – Places limitées à 50 personnes – Renseignements et inscription à partir du 29 avril auprès de l'Âge d'Or les mardis et les jeudis de 14h à 17h au Pôle Michel-Colucci

## REPAS DANSANT

Mardi 20 mai de 12h à 16h30

Animé par David Tiberio  
Pôle Michel-Colucci – Tarif : 10 € – Renseignements et inscription obligatoire jusqu'au vendredi 16 mai auprès de la Maison Bleue au 01 78 63 72 00



## MARCHE

Mercredi 21 mai à 13h30

Départ du parking Leclerc St-Louis Renseignements et inscription obligatoire auprès de Mme Pothin Liliane au 06 77 67 44 42 et les mardis et les jeudis de 14h à 17h au Pôle Michel-Colucci

## COURS DE TAÏ-CHI

Jeudi 22 mai de 14h15 à 15h45

Maison des Associations et du Bénévolat « Bernard-Danel » Tarif : 3 € la séance Renseignements et inscription obligatoire avant le cours auprès de la Maison Bleue au 01 78 63 72 00

## VISITE GUIDÉE DU CHÂTEAU DE FONTAINEBLEAU

Jeudi 22 mai – Départ à 8h

1<sup>er</sup> arrêt Champfleury – Tarif : 44 € - Places limitées à 50 personnes – Renseignements et inscription à partir du 6 mai auprès de l'Âge d'Or les mardis et les jeudis de 14h à 17h au Pôle Michel-Colucci



## CONTE MUSICAL

Samedi 24 mai à 16h

Afin de profiter des beaux jours, un conte musical est proposé par Françoise Guionie, artiste et accompagnée par des élèves de l'École municipale de Musique. Kiosque du parc l'Hôtel de Ville – 1, place Saint-Blaise Entrée libre – Infos+ : 01 39 22 36 55

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

Lundi 26 mai entre 9h et 12h

AVEC POSSIBILITÉ DE DÉPOSER VOS FLEURS SUR RENDEZ-VOUS  
Infos+ : 01 78 63 72 00 ou [maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr](mailto:maisonbleue@carrieres-sous-poissy.fr)

## LOTO & GOÛTER

Mardi 27 mai de 14h à 16h30

Pôle Michel-Colucci – Tarif : 3,50 € Renseignements et inscription à partir du 20 mai auprès de l'Âge d'Or les mardis et les jeudis de 14h à 17h au Pôle Michel-Colucci