Les rendez-vous de la Semaine Bleue

du 5 au 9 octobre 2026

Cette semaine est dédiée à nos aînés et renforcera le lien entre les générations à travers un programme riche en animations gratuites !



Lundi 5 octobre de 10h à 12h
OLYMPIADE INTERGENERATIONNELLE
avec le Mobil-Sport (véhicule multi activités itinérant avec animateur)

Mardi 6 octobre de 15h à 17h
ATELIER PREVENTION SANTE
Les sens en éveil - L'audition avec l'association Brain Up

Mercredi 7 octobre de 14h à 16h
GRANDE DICTEE INTERGENERATIONNELLE

Jeudi 8 octobre

- de 10h30 à 11h30 ATELIERS MEM'HOP - Bouger, stimuler et préserver ses capacités cognitives
  Programme de 6 mois avec bilans individualisés, activité physique adaptée, séances stimulation cognitive
- de 15h à 16h30 SPECTACLE DANSANT - Le temps d'une chanson par la Compagnie du cerf volant

Vendredi 9 octobre

- de 9h30 à 11h PETIT-DEJEUNER ET CINEMA
  "Maison de retraite 2"; salle du Conseil à Mézières-sur-Seine
- de 14h à 16h PORTES OUVERTES à la maison des Cytises/maison des seniors

Les activités se déroulent à la maison des Cytises/maison des seniors.
Réservations recommandées.

Coordonnées

maison des Cytises
12 chemin de l'Aumône
78680
Epône
Documents
Affiche Semaine bleue 2026
Contact

Inscriptions et renseignements :
maisondesseniors@epone.fr | 01 30 90 17 63