

PROGRAMME DE LA MAISON DES SENIORS

JUILLET 2026

Les
Cytises
Maison des seniors

LES ACTIVITÉS DU MOIS GRATUITES (SAUF MENTION) ET OBLIGATOIREMENT SUR INSCRIPTION

MARDI

7 JUILLET, 21 JUILLET, 28 JUILLET
15H-16H30

→ Quizz culture générale
Avec Ouarda

21 JUILLET 10H - 12H

→ Atelier création florale
Avec Christelle - horticultrice



JEUDI

9 JUILLET 15H

→ Atelier créatif : création de stylo
personnalisé
Avec Laetitia (8e de participation)

16 JUILLET 15H

→ Café-débat « les Grands-parents
ça sert à quoi ?
Avec Ouarda (je suis dans l'attente
de l'espace jeunesse pour confirmer leur
participation)

16 JUILLET 15H - 16H30

→ Atelier numérique aide à l'utilisation
du smartphone
Avec Ouarda



VENDREDI

10 JUILLET 14H - 16H30

→ Découverte du monde
« le Cambodge »
Présenté par Yann, bénévole pair-aidant



31 JUILLET 14H30 - 15H30

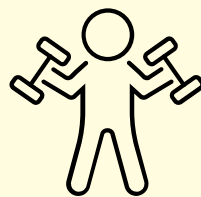
→ Atelier mémoire interactif sur grand
écran spécial « perte de mémoire et
inattention »



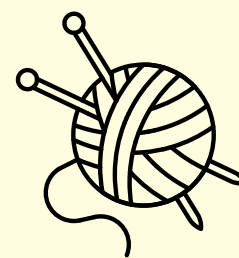
Dans la salle d'animation
un piano est à disposition
pour les seniors épônois,
n'hésitez pas à réserver
un créneau pour venir en
jouer.

LES ACTIVITÉS RÉGULIÈRES GRATUITES

PAS DE GYM DURANT
LES VACANCES
SCOLAIRES



LES DIMANCHES
APRÈS-MIDI
À PARTIR DE 15H
→ LE TRICOT-THÉ



TOUTES LES ACTIVITÉS
PROPOSÉES SE DÉROULENT
DANS LA SALLE CLIMATISÉE

Informations et inscriptions : La Maison des Seniors - 12 chemin de l'aumône
Tél. : 01 30 90 17 63 de 9h à 17h30 - maisondesseniors@epone.fr - Parking à disposition

épône
MA VILLE, MA VIE.