

La Semaine Bleue à Epône

Thème 2024 : « Bouger ensemble pour entretenir la flamme »

C'est avec grand plaisir que nous vous adressons les animations de la *Semaine Nationale dédiée aux seniors*, organisée cette année en partenariat avec la ville de Mézières-sur-seine du

**30 septembre 2024 au
6 octobre 2024.**

Programme de la semaine bleue à La Maison des seniors

Lundi 30 septembre	14h-16h	Promenade des petits-ponts à Chevreuse(78)
Mardi 1 ^{er} octobre	10h-16h 16h	Journée d'information thème retraite différents Ateliers à la salle des fêtes de Mezieres-sur-seine Danse thérapie découverte à La Maison des seniors sur inscription « Danse sur musique relaxante »
Mercredi 2 octobre	11h 15h	Mercredi relax : « travail des sens » exercice sur le gout, l'odorat, la vue et les sons praticienne relaxation Isabelle Bourgade sur inscription à la Maison des seniors Atelier Broderie sur photos, sur inscription à La Maison des Seniors
Jeudi 3 octobre	10h-12h 14h-16h30	Restitution concertation Ville amie des aînés Tournoi scrabble et Belotte à Mezieres-sur-seine salle du conseil municipal
Vendredi 4 octobre	10h-12h 14h30	Bowling avec le Mobil-sport à la Maisons des seniors Marche Bleue intergénérationnelle au Parc du château+ gouter convivial

**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRE
TRANSPORT POSSIBLE
CONTACTEZ LES CYTISES AU
01 30 90 17 63
residencelescytises@epone.fr
12, chemin de l'Aumône**

Les Cytises
PROJETS DES SENIORS

épône
MA VILLE, MA VIE