FÉVRIER 2024

DATE	ACTIVITÉS
JEUDI 1	**CHAUFFE CITRON** Exerçons notre mémoire à court terme et long terme à travers plusieurs exercices à faire en groupe
LUNDI 5	**HAPPY VISIO YOGA** Détendez-vous avec des exercices de relaxation pour être serein
MERCREDI 7	**LES ÉTRANGETÉS DE LA NATURE** Avec Françoise, venez découvrir certains faits surprenants sur le monde qui nous entoure
JEUDI 8	**HAPPYVISIO CONFÉRENCE CHANEL** Découvrez l'histoire de la grande couturière Gabrielle Chanel à travers ses pièces les plus iconiques
LUNDI 26	**LES CHANSONS D'AMOUR** Un après-midi chantant sur le thème de l'amour, pour la Saint-Valentin
MERCREDI 28	**PROJECTION DE FILM** Après la fermeture de leur usine, Franck décide de créer un projet fou : monter une entreprise de livraisons de chansons à domicile. Personne ne s'ennuie dans cette comédie !
JEUDI 29	**COLORIAGE MANDALA** Décorez des rosasses avec des crayons de couleurs, tout en faisant travailler votre concentration



SENIORS

ESPACE SENIORS



PROGRAMME DES ANIMATIONS gratuites

JANVIER - FÉVRIER 2024

Inscription obligatoire auprès du service Seniors

01 34 58 71 89



Vélizy-Villacoublay

HORAIRES DE 14h À 16h/16h30

Ouverture libre les mardis et vendredis de 14h à 16h30, hors vacances scolaires

Musique/Culture | Sport | Jeux et création

JANVIER 2024

DATE	ACTIVITÉS
LUNDI 8	**LE PETIT BINGO** Débutons l'année avec ce jeu de hasard tant apprécié dans une ambiance détendue et conviviale.
MERCREDI 10	**KARAOKÉ** Chantez vos chansons préférées en solo ou en groupe. Ambiance conviviale garantie !
JEUDI 11	**DESSINS AU CRAYON** Initiation simple aux dessins d'animaux. Apprenez les proportions pour manier au mieux son crayon
LUNDI 15	**JOYEUX NOUVEL AN !** Comment la nouvelle année est fêtée à travers le monde
MERCREDI 17	**HAPPYVISIO WINSTON CHURCHILL** Vidéo conférence sur un héros du XXe siècle. Ecrivain, peintre amateur, père de famille plusieurs facettes seront détaillées
JEUDI 18	**CONFÉRENCE ARTZ L'AMOUR DANS L'ART** Représentation de l'amour dans le monde de la peinture avec une conférence qui sollicite mémoire, partage et passion
LUNDI 22	**JEUX DE SOCIÉTÉ** Jeux de société classiques pour un moment convivial



JANVIER 2024 (suite)

DATE	ACTIVITÉS
MERCREDI 24	**PROJECTION DE FILM** Entre ses rôles de maire et d'institutrice au sein de son petit village, Alice fait la rencontre d'un sexagénaire qui lui donne du fil à retordre
JEUDI 25	**HAPPY VISIO STREACHING** 45 minutes d'exercices simples et accessibles à tous, pour rester en forme et donner du rythme à votre journée
LUNDI 29	**QUIZ DES JEUX OLYMPIQUES** Travaillons ensemble nos connaissances sur le monde du sport
MERCREDI 31	**HAPPY TONIC** 45 minutes d'exercices simples et accessibles à tous, pour rester en forme et donner du rythme à votre journée