

AVRIL 2025

DATE	ACTIVITÉS
MERCREDI 2	PROJECTION DE FILM Une jeune femme décide de se venger de la présidente d'un jury dont la conduite désinvolte l'a empêchée, dix ans plus tôt, d'être admise au Conservatoire de musique
JEUDI 3	JEUX DE LETTRES En groupe, stimulons notre mémoire à travers des jeux de lettres comme les mots fléchés, les mots mêlés, le pendu...
LUNDI 7	JEUX DE SOCIÉTÉ Petit moment ludique pour profiter de vos jeux de société favoris (scrabble, rummikub, domino etc...).
MERCREDI 9	CERCLE DE LECTURE Débattons autour du livre Nadar et Hugo avec Christophe Baillat.
JEUDI 10	HAPPYVISIO SUR COLE PORTER Vidéo conférence pour découvrir « le mauvais garçon de Broadway », à l'origine de beaucoup de succès jazz.
LUNDI 28	BALADE ET CAFÉ Participez à une promenade en forêt pour vous aérer l'esprit. Goûter offert au retour.
MERCREDI 30	ANIMATION SUR LA CORRESPONDANCE Christophe Baillat écrivain, vous propose de participer à un atelier d'écriture sur la correspondance (carte postale, message etc...) Venez avec un élément qui vous est cher.



Réalisation : Service Communication de la ville de Vélizy-Villacoublay

ESPACE SENIORS



PROGRAMME DES ANIMATIONS *gratuites*

MARS-AVRIL 2025

Inscription obligatoire auprès du service Seniors

01 34 58 71 89

Vélizy-Villacoublay



HORAIRES DE 14h À 16h/16h30

MARS 2025

DATE	ACTIVITÉS
LUNDI 3	KARAOKÉ Retrouvez le plaisir de chanter en groupe ou en solo vos chansons préférées.
MERCREDI 5	QUIZ DE CULTURE GÉNÉRALE Exerçons notre mémoire en travaillant nos connaissances, à l'aide d'un quiz interactif.
JEUDI 6	HAPPYVISIO RELAX En vidéoconférence, apprécions le moment présent à travers plusieurs phases de relaxation (relâchement du corps et de l'esprit). Venez avec des vêtements confortables et chauds.
LUNDI 10	CONFÉRENCE MUSIQUE CLASSIQUE Partageons notre passion pour les ballets et l'opéra avec Françoise Perez retraitée Vélizienne.
MERCREDI 12	PROJECTION DE FILM Avec Brigitte de la médiathèque, découvrons cette comédie qui nous parle de deux couples d'amis de longue date. Entre vacheries et jalousie voyons si le bonheur des uns fait le malheur des autres...
JEUDI 13	DESSIN AU CRAYON À l'aide de croquis, apprenons les bases du dessin au crayon à papier.

Musique et
Culture

Sport

Jeux et
Création

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

MARS 2025

DATE	ACTIVITÉS
LUNDI 17	INITIATION JEU DU KOBO Découvrez ce jeu de cartes mélangeant stratégie et mémorisation. Ambiance garantie !
MERCREDI 19	RÉCITS PERSONNELS (1ÈRE PARTIE) Conférence et lecture, avec l'écrivain Christophe Baillat. (Distribution du livre Nadar et Hugo)
JEUDI 20	QUIZ DES FORÊTS Révisons nos connaissances sur la forêt et la végétation qui nous entourent, à travers un quiz interactif.
LUNDI 24	HAPPYVISIO STRETCHING Via une vidéoconférence, découvrons les bienfaits du stretching, grâce aux différentes techniques d'assouplissements et d'étirements et de prise de conscience de son corps.
MERCREDI 26	RÉCITS PERSONNELS (2ÈME PARTIE) Atelier d'écriture dédié aux récits autobiographiques, aux souvenirs familiaux. Un moment de création et de partage avec l'écrivain Christophe Baillat.
JEUDI 27	BALADE ET CAFÉ Les beaux jours arrivent, participez à une promenade en forêt pour vous aérer l'esprit. Goûter offert au retour.
LUNDI 31	HAPPYVISIO ICONES DE L'ART MODERNE Vidéoconférence sur les œuvres du début du XX ^e siècle des peintres Monet, Cézanne, Matisse...