



Fontenay-
aux-Roses

PROGRAMME

ESPACE LOISIRS SENIORS



VOS ACTIVITÉS DE SEPTEMBRE 2023



www.fontenay-aux-roses.fr

Fontenay-
aux-Roses
Centre Communal
d'Action Sociale (CCAS)



TOUS LES JEUDIS ATELIER BIEN CHEZ SOI

Les clés d'un logement bien confortable grâce aux ateliers «bien chez soi», vous aurez toutes les informations et conseils qui vous permettront d'améliorer votre habitat au quotidien, en le rendant plus confortable, pratique et économe.

*De 10h à 11h à l'Espace Loisirs Seniors.
Avec AS Mouvement.
Gratuit (informations et réservation
au 01 41 13 20 14)*



TOUS LES MARDIS ET VENDREDIS REPARTEZ DE BON PIED !

Activité adaptée pour renforcer votre tonus musculaire, stimuler votre équilibre, apprendre à vous relever. Deux conférences ludiques et interactives, réalisées par une nutritionniste et un ergothérapeute, pour adopter une alimentation équilibrée et bien aménager votre logement

*De 10h à 11h. Avec Vital'été.
Gratuits sur inscription (places limitées)*



JEUDI 14 SEPTEMBRE JOURNÉE PORTES OUVERTES

Ateliers, conférence, animations et tournoi de tennis de table

De 9h à 16h.



LUNDI 18 SEPTEMBRE VISITE : CHÂTEAU DE MALMAISON

Aujourd'hui musée-château, Malmaison fut la résidence privée de Napoléon Bonaparte et de Joséphine, où le Premier Consul venait travailler et se détendre.

*Départ à 12h45 Place Carnot
Gratuits places limitées.*



VENDREDI 29 SEPTEMBRE QUIZ MUSICAL / KAROKÉ

Venez chanter, danser, rigoler sur des mélodies inoubliables avec le « DJ Double J »

De 14h à 16h. Gratuit (inscription obligatoire)

TOUS EN TANDEM

Vous souhaitez participer à une activité culturelle et intergénérationnelle ? Venez suivre le cycle d'ateliers animé par des étudiants.

*Tous les mardis à 14h30 à compter du 19 septembre suivi d'un goûter
Gratuits (informations et réservation au 01 41 13 20 14)*

PROGRAMME DES ACTIVITÉS HABITUELLES :

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Matin	Gym Ateliers Mémoire	Gym Vital'été		Ateliers du PRIF	Gym Vital'été
Après-midi	Couture Tennis de table	Tous en tandem Tennis de table	Scrabble/jeux de société Tennis de table	Ateliers jeux et déco Tennis de table	Jeux de société Tennis de table

L'ESPACE LOISIRS SENIORS VOUS PROPOSE DES ACTIVITÉS,
SORTIES ET ANIMATIONS TOUT AU LONG DE L'ANNÉE. VENEZ NOUS RENCONTRER !

DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 12H ET DE 14H À 17H
11/13, rue Jean Jaurès - 92260 Fontenay-aux-Roses. Tél. : 01 41 13 20 14