

PLANNING



Seniors



JANVIER 2026

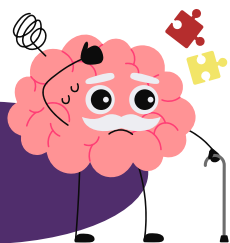
SENIORS



SUR INSCRIPTION

Je m'inscris

LUNDI 19 JANVIER 2026



Quizz et petits jeux de mémoire de 14h00 à 16h00

Pour garder une mémoire en bonne santé et la préserver, il faut la faire travailler.
Venez stimuler votre activité cérébrale d'une manière ludique, pour rire et s'amuser.

LUNDI 26 JANVIER 2026



Bougeons ensemble de 14h00 à 16h00

Pratiquer une activité physique joue un rôle essentiel pour notre santé.
Bougeons ensemble pour renforcer nos capacités musculaires,
pour travailler notre souplesse tout en douceur,
mais aussi pour se retrouver et passer un bon moment.



SENIORS

SUR INSCRIPTION



Je m'inscris

MARDI 06 & 20
JANVIER 2026



Loisirs créatifs
de 14h00 à 17h00

12€/pers.
(de janvier à juin 2026)

Vous pratiquer une activité manuelle ? (Tricot, couture etc...)
Venez réaliser dans la détente et la bonne humeur avec d'autres passionné(e)s.

2 rencontres par mois

MERCREDI 14
JANVIER 2026



Mercredi jeux
de 14h00 à 16h00

Un après-midi animé par Séverine et Tiffany
qui s'improviseront maîtresse de jeu
pour un moment de découverte et de convivialité.
Venez jouer avec nous !



Mona Lisa

ENGAGÉS CONTRE L'ISOLEMENT DES ÂGÉS

NOUS AVONS BESOIN DE VOUS

Ensemble, luttons contre
l'isolement des seniors.

*visites de convivialité à domicile,
activités collectives, sorties, ateliers...*



CENTRE SOCIAL RURAL INTERCOMMUNAL FRANÇOIS MAILLARD

Association Loi 1901 - SIREN : 425 096 427

4, rue des écoles - 60850 Le Coudray Saint Germer

03 44 81 83 00 - contact@centremaillard.fr

Cotisation annuelle : 10€/famille - 15€/famille hors territoire



Imprimé par nos soins - ne pas jeter sur la voie publique



SENIORS

