



Animations seniors

65 ans & plus...

Septembre-Décembre 2018

Semaine Bleue

Lundi 8 octobre • Goûter des seniors

Goûter accompagné de l'orchestre Sans Sucre Ajouté de 14 heures à 18 heures à la salle Trait d'Union.

Tarif : 8,50 € pour les - 65 ans

Inscription avant le vendredi 28 septembre



Mercredi 10 octobre • L'histoire de France en chanson

Ce spectacle musical raconte l'histoire de France qui a marqué les événements les plus importants (Maurice Chevalier, Bourvil, Georges Brassens, Charles Trenet...).

Tarif : 20 € comprenant le transport pour le Théâtre de Jouy en Josas (nombre de place limité)

Départ à 13h30 au Centre Social et 13h40 à la Chapelle Lacoste (sous réserve de changement)

Inscription avant le vendredi 28 septembre

Jeudi 11 octobre • Ciné Seniors « Adopte un veuf »

Film sur la colocation entre différentes générations.

Suivi d'une discussion autour d'un goûter participatif.

Tarif : 3 €

Possibilité de transport en bus

Inscription avant le vendredi 28 septembre



Samedi 3 novembre • Visite du Musée de Meaux

Dans le cadre du centenaire de la Grande Guerre, visite guidée du plus grand musée d'Europe de la Première Guerre Mondiale.

Tarif : 8 € (4 € si quotient familial inférieur à 10 000 euros) comprenant le bus

Départ à 7h30 au Centre Social et 7h40 à la Chapelle Lacoste. Retour 19h00

Inscription **auprès du centre social Albert Schweitzer** jusqu'au 28 septembre

Jeudi 6 décembre • Marché de Noël

Journée à Reims avec la possibilité de la visite de la Cathédrale.

Tarif à déterminer • Transport en car

Horaire de départ à confirmer.

Inscription jusqu'au 30 novembre



Les inscriptions aux activités...

Intéressés par les cours de gymnastique, les séances d'aquagym et/ou les ateliers informatiques proposés par le service Seniors ?

Notez LA date des inscriptions : ce sera le **jeudi 6 septembre, de 14 heures à 17 heures, à l'Hôtel de Ville.**

Cours de gymnastique, c'est fantastique !

Dans une ambiance détendue, des cours de gymnastique dynamique, encadrés par le service des sports de la Ville, vous permettront d'entretenir, développer et stimuler vos capacités physiques. Vous travaillerez sur l'équilibre, la coordination, la mémorisation... nécessaires à votre bien-être.

- Mardi, de 9h30 à 10h30, au gymnase Auguste Delaune.
- Vendredi, de 9h30 à 10h30, à la MJC Mérintaise.

Inscription à l'année :

Pour 1 cours par semaine 70 €

Pour 2 cours par semaine 98 €

Les bienfaits de l'aquagym...

La pratique de l'aquagym permet à chacun, quelle que soit sa condition physique, de pratiquer cette activité aquatique en mode doux ou tonic !

Une fois immergé dans l'eau, le corps ne pèse plus que le tiers de son poids terrestre, ce qui facilite tous les mouvements. L'aquagym est donc particulièrement bien adaptée à ceux qui ne sont pas forcément de grands sportifs.

RDV à la piscine de Chevreuse

- Lundi : 14h00 à 15h00
- Lundi : 15h00 à 16 h00
- Jeudi : 14h00 à 15h00
- Jeudi : 15h00 à 16h00

Inscription à l'année pour un créneau horaire, 149 €

Ateliers informatiques pour tous !

Des modules chaque trimestre entre octobre et juin :

- 1^{er} trimestre : L'ordinateur (Découvrir ou approfondir ses connaissances)
- 2^d trimestre : Android... Moi aussi ! (Pour tablettes et téléphones mobiles...)
- 3^e trimestre : Pour aller plus loin (Des réseaux sociaux en passant par les volets roulants connectés ou la visioconférence...).

Mardi à Cap Ados :

- Niveau 1 de 13h30 à 15h30
- Niveau 2 de 15h30 à 17h30

Inscription au trimestre : 23 €

Inscription à l'année : 68 €

**Renseignements et inscriptions au Service seniors au 01 39 44 71 18 ou
animation.seniors@magny-les-hameaux.fr**

Suivez-nous sur :



www.magny-les-hameaux.fr



MagnylesHameaux



villemagny78



Ville de Magny-les-Hameaux



Magny-les-Hameaux



Magny les Hameaux