



# RÉSIDENCE DE L'UNION

43, rue de Tocqueville – Arrêt Courteline

## Activités Séniors – 2<sup>e</sup> trimestre 2024

Merci de noter que ces activités peuvent être modifiées ou annulées en fonction des contraintes sanitaires - Inscriptions au 01 30 08 50 67 ou à [CCAS-seniors@ville-sartrouville.fr](mailto:CCAS-seniors@ville-sartrouville.fr).

### Marche adaptée

*Animée par l'association Ufolep | Gratuit*

Tous les jeudis, de 10h à 12h, en forêt ou sur les quais de Seine  
Départ : RDV à 10h dans le hall – Transport assuré en bus

### Cycle « Bien être, échange et partage »

*Animé par Mme Doustresoul, psycho-socio esthéticienne | Gratuit*

De 10h à 12h au salon

Les lundis 8 et 29 avril et 6 mai

### Cycle « Sophrologie : gestion des émotions »

*Animé par Mme Mazoué | 3€50 par atelier*

De 14h30 à 15h30 au salon

Les vendredis 12, 19 et 26 avril, les 10 et 17 mai

### Taïso

Découvrez cette nouvelle discipline ludique et originale permettant d'améliorer ses capacités physiques et d'évacuer le stress

*Animé par Saparman | Gratuit*

Tous les vendredis du 19 janvier au 5 juillet, 9h30 au complexe du Bas-de-la-Plaine

Inscriptions au 06 98 22 38 67

### Plateforme INNODOM : *Bouger, visiter, s'amuser sans se déplacer !*

Découvrez cette plateforme, simple et intuitive, qui vous propose un large choix d'activités  
(visites culturelles, ateliers mémoire, conférences, quiz...)

Rendez-vous sur : [www.innodom.e-tonomy.fr](http://www.innodom.e-tonomy.fr)

Disponible depuis votre smartphone, tablette ou ordinateur

*Découvrez la plateforme INNODOM en vidéo en scannant ce QR CODE !*



## AVRIL

Mardi 9, à 14h30 : **Séance de cinéma** « *Un métier sérieux* »

De Thomas Lilti (2023) | Salon - Gratuit

Jeudi 11, 14h30 : **Atelier créatif** – Création de fleurs en papier | Salon - Gratuit

Vendredi 12, dès 11h45 : **Déjeuner à thème** « *La Bretagne* » | Restaurant - 6,30€

**Accompagnement musical assuré par un musicien chanteur**

Jeudi 18, 14h30 : **Jeu : Émission des grosses têtes** – Avec Wilfrid | Salon - Gratuit

Lundi 22, 14h15 ou 16h : **Remue-méninges** | Salon - Gratuit

Veillez à indiquer le créneau horaire choisi lors de votre inscription

Mardi 23, 14h30 : **Chorale** | Salon - Gratuit

Vendredi 26, 10h : **Permanence de la Bibliothèque Stendhal** | Salon

## MAI

Vendredi 3, 14h30 : **Atelier créatif** – Décoration d'éventails | Salon - Gratuit

Mardi 14, à 14h : **Séance de cinéma** « *Intouchables* »

d'Éric Tolédano et Olivier Nakache (2011) | Salon - Gratuit

Mercredi 15, 14h30 : **Petit bac** | Salon - Gratuit

Mardi 21, 14h30 : **Chorale** | Salon - Gratuit

Mercredi 22, 14h30: **Rencontre intergénérationnelle – Quiz musical** | Restaurant

Lundi 27, 14h15 ou 16h : **Remue-méninges** | Salon - Gratuit

Veillez à indiquer le créneau horaire choisi lors de votre inscription

Vendredi 31, 10h: **Permanence de la Bibliothèque Stendhal** | Salon

Vendredi 31, 15h : **Loto** | Salon - Gratuit

## JUIN

Mardi 4, à 14h : **Séance de cinéma** « *Mystère* »

de Denis Imbert (2021) | Salon - Gratuit

Jeudi 6, 14h30 : **Jeu - Enquête policière** | Salon - Gratuit

Mardi 11, 14h30 : **Chorale** | Salon - Gratuit

Mardi 18, 14h30 : **Atelier pâtisserie** | Salon - Gratuit

Mercredi 19, 14h30: **Rencontre intergénérationnelle – Jeux en plein air** | Jardin

Lundi 24, 14h15 ou 16h : **Remue-méninges** | Salon - Gratuit

Veillez à indiquer le créneau horaire choisi lors de votre inscription

Mercredi 26, 14h30 : **Atelier créatif** – Création d'un porte clé | Salon - Gratuit

Vendredi 28, 10h: **Permanence de la Bibliothèque Stendhal** | Salon

Vendredi 28, 15h : **Concert de Véronique Saint Germain suivi**

**du goûter des anniversaires** | Restaurant