

Semaine du 17 au 21 août

LUNDI 17

- ☐ 14h - 16h : Pétanque - Parvis du Château

MARDI 18

- ☐ 10h - 11h : Balade matinale au Parc de la Plage Bleue - Départ du service
- ☐ 14h - 16h30 : Jeu de belote - Au service

MERCREDI 19

- ☐ 13h30 - 17h : Sortie Bowling de Thiais - Départ du service

JEUDI 20

- ☐ 14h - 16h : Séance de Tai-Chi - Jardin du service / Salle Roland Roche

VENDREDI 21

- ☐ 9h30 - 17h30 : Sortie à Saint-Mammès, promenade au bord du Loing - Départ du service - **Prévoir son pique-nique ou possibilité de restaurant sur place**



Semaine du 24 au 31 août

LUNDI 24

- ☐ 14h - 16h : Jeux fléchettes - Jardin du service

MARDI 25

- ☐ 10h - 11h : Promenade à la Végétale - Départ du service
- ☐ 14h - 16h30 : Jeux de société et club couture - Au service

MERCREDI 26

- ☐ 13h30 - 17h30 : Cueillette de pommes sur l'allée Royale à Coubert - Départ du service

JEUDI 27

- ☐ 15h - 20h : Repas partagé intergénérationnel avec karaoké, en compagnie de vos petits-enfants - Au service

VENDREDI 28

- ☐ 9h30 - 10h30 : Séance de Tai-Chi - Espace Municipal Pompadour
- ☐ 16h - 20h : Esti'Valenton et tournoi de pétanque - Parvis du Château

LUNDI 31

- ☐ 14h - 16h : Rétrospective projection de photos "Souvenir d'Été" - Au service

Valenton
Cap vers l'avenir

PROGRAMME DU SERVICE RETRAITÉS

MAIRIE DE VALENTON - SERVICE RETRAITÉS

6, rue Gaston Monmousseau

Téléphone : 01.43.86.36.62

Mail : service.retraites@ville-valenton.fr

Juillet / Août 2026

LUNDI 6

☐ 10h - 12h : Marche tonique - Départ du service à 10h

☐ 14h30 - 17h : Jeux de société - Au service

MARDI 7

☐ 17h - 20h30 : Repas partagé - Au service

Apporter une collation (à préciser lors de l'inscription)

MERCREDI 8

☐ 13h30 - 17h : Visite du musée aéronautique et spatial SAFRAN

- Rendez-vous au service à 13h30 (visite libre gratuite)



JEUDI 9

☐ 14h30 - 16h30 : Quiz (questions générales) - Au service

VENDREDI 10

☐ 9h30 - 17h30 : Sortie intergénérationnelle à Parrot World - Départ du service à 9h30 - Prévoir son pique-nique

Tarif entre 3€ et 11,5€ pour les enfants et entre 4€ et 16€ pour les adultes

LUNDI 13

☐ 10h - 11h : Gym douce - Au service

FÉRIÉ

MERCREDI 15

☐ 10h - 17h30 : Sortie au Port aux Cerises (pique-nique et mini golf) - Départ du service à 10h - Prévoir son pique-nique



JEUDI 16

☐ 10h - 11h : Zumba - Espace Municipal Pompadour

☐ 14h30 - 17h : Jeux rigolo - Au service

VENDREDI 17

☐ 15h30 - 21h : Bowling et restaurant à Thiais - Départ du service à 15h30



LUNDI 20

☐ 14h30 - 16h30 : Jeux - Au service

MARDI 21

☐ 10h - 11h : Séance de sport en plein air - Rendez-vous devant le Parc de la Plage Bleue

MERCREDI 22

☐ 14h30 - 16h30 : Atelier pâtisserie : préparation de muffins - Au service

- Vos petits-enfants sont les bienvenus



JEUDI 23

☐ 14h30 - 16h30 : Mölkky - Au service

VENDREDI 24

☐ 16h30 - 20h : Esti'Valenton - Parc de la Libération

Nous vous invitons à partager vos suggestions de sorties et d'activités. Vos propositions sont essentielles pour enrichir notre programme et répondre au mieux à vos attentes. N'hésitez pas à déposer vos idées dans la boîte à idées mise à votre disposition au service retraités.

LUNDI 27

☐ 10h - 11h : Séance de sport en plein air - Espace municipal Pompadour (sur le parvis de l'école Jean Jaurès)

☐ 14h30 - 16h30 : Quiz musical - Au service

MARDI 28

☐ 14h30 - 16h30 : Jeu Baccalauréat - Au service

MERCREDI 29

☐ 13h30 - 16h30 : Cueillette à Coubert - Départ du service à 13h30



JEUDI 30

☐ 14h30 - 16h30 : Gym douce - Au service

VENDREDI 31

☐ 17h - 20h30 : Barbecue participatif - Au service

Apporter une collation (à préciser lors de l'inscription)

Le service s'occupe de la viande et des boissons



LUNDI 3

☐ 14h - 16h : Pétanque - Parvis du Château

MARDI 4

☐ 10h - 11h : Balade au Parc de la Plage Bleue - Départ du service

☐ 14h - 16h30 : Jeux de cartes et club couture - Départ du service

MERCREDI 5

☐ 13h30 - 17h30 : Sortie Forêt régionale de Ferrières et visite du château - Départ du service

☐ 14h30 - 16h30 : Quiz - Au service



JEUDI 6

☐ 14h30 - 16h30 : Tai-chi et conseil de bien-être - Jardin du service / Salle Roland Roche

☐ 15h30 - 17h : Atelier glace - Au service

VENDREDI 7

☐ 9h30 - 17h30 : Visite et Restaurant à Montargis et base de loisirs de Chalette-sur-Loing - Départ du service - Préparer votre maillot de bain

LUNDI 10

☐ 14h - 16h : Croquet et fléchettes - Au service

MARDI 11

☐ 10h - 11h : Balade à la Végétale - Départ du service

☐ 14h - 16h30 : Jeux de société et club couture - Au service

MERCREDI 12

☐ 10h - 17h : Sortie à la journée à Fontainebleau pour le Parcours des 25 bosses - Départ du service - Prévoir son pique-nique



JEUDI 13

☐ 15h - 20h : Barbecue partagé - Au service - Le service prends en charge la viande et les boissons

VENDREDI 14

☐ 10h - 11h : Séance de Tai-Chi - Espace Municipal Pompadour

☐ 13h30 - 17h30 : Promenade au Parc de la Vallée aux Loups (Châtenay-Malabry) - Départ du service

