Valenton
Cap vers l'avenir

PROGRAMME DU SERVICE RETRAITÉS

Octobre 2026

Semaine du 1er au 2 octobre

JEUDI 1ER

- [ ] **14h - 15h et 15h - 16h : Yoga sur chaise -** *Salle Roland Roche*

VENDREDI 2

- [ ] **14h - 17h : Jeux au service -** *Au service*

ACCOMPAGNEMENT AUX COURSES

Tous les mardis
de 9h30 à 11h30
Inscription
par téléphone

Du 6 au 12 octobre, c'est la Semaine Bleue !

Retrouvez plus d'informations dans le flyer reçu dans votre boîte aux lettres !

Semaine du 5 au 9 octobre

SEMAINE BLEUE

LUNDI 5

- [ ] **10h - 12h : Portes ouvertes service retraités -** *Au service*
- [ ] **14h : Séance de yoga -** *Ecole maternelle Casanova - Départ du service*

MARDI 6

- [ ] **10h - 12h : Atelier écriture autour du spectacle "Murmures des amoureux" -** *Salle Prinçay*
- [ ] **14h - 17h : Atelier "Bienvenue à la retraite" -** *Au service*
- [ ] **16h - 19h : Spectacle "Murmures des amoureux"-** *Salle Prinçay*

MERCREDI 7

- [ ] **14h30 - 17h30 : Loto en partenariat avec le CCAS -** *Salle Rosa Parks*

JEUDI 8

- [ ] **14h30 - 17h30 : Sortie au Musée Bourdelle et restaurant Bouillon -** *Départ du service*

VENDREDI 9

- [ ] **14h30 - 17h30 : Bal "Tous en Bleu !" -** *Salle Roland Roche*

Semaine du 12 au 16 octobre

LUNDI 12

- ☐ **14h - 17h : Atelier créatif (association Art Exprim) -** *Salle Roland Roche*
- ☐ **14h - 17h : Activité pêche -** *Parc de la Plage Bleue*

MARDI 13

- ☐ **14h - 17h : Atelier "Bienvenue à la retraite"-** *Salle Roland Roche*
- ☐ **14h30 - 15h30 : Mouvement en musique -** Gymnase Paul Eluard

MERCREDI 14

- ☐ **14h30 - 17h : Atelier créatif (préparation du banquet) -** *Au service*

JEUDI 15

- ☐ **14h30 - 16h30 : Atelier artistique -** *Au service*

VENDREDI 16

- ☐ **9h30 - 10h30 : Activité sportive -** *Espace Municipal Pompadour*
- ☐ **13h30 - 19h : Sortie à Paris : Musée Carnavalet -** *Départ du service* ***(Prévoir titre de transport)***

Semaine du 19 au 23 octobre

LUNDI 19

- ☐ **14h - 17h : Atelier créatif (association Art Exprim) -** *Salle Roland Roche*

MARDI 20

- ☐ **13h30 - 17h30 : Club vélo direction Paris par piste cyclable -** *Départ du service*

MERCREDI 21

- ☐ **14h30 - 16h30 : Atelier artistique -** *Au service*

JEUDI 22

- ☐ **14h30 - 16h : Tai Chi -** *Salle Roland Roche*

VENDREDI 23

- ☐ **9h30 - 10h30 : Activité sportive -** *Espace Municipal Pompadour*
- ☐ **13h30 - 16h30 : Récolte des châtaignes au Mont Griffon -** *Départ du service*

Semaine du 26 au 30 octobre

LUNDI 26

- [ ] **14h - 17h : Atelier créatif (association Art Exprim) -** *Salle Roland Roche*

MARDI 27

- [ ] **14h30 - 15h30 : Jeux au service -** *Au service*

MERCREDI 28

- [ ] **14h45 - 17h : Jeux au service -** *Au service*

JEUDI 29

- [ ] **14h30 - 17h : Jeux au service -** *Au service*

VENDREDI 30

- [ ] **9h30 - 10h30 : Activité sportive -** *Espace Municipal Pompadour*
- [ ] **14h30 - 17h : Jeux au service -** *Au service*

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.

HORAIRES D'INSCRIPTION
les mardis et les jeudis
de 9h30 à 12h et
de 14h à 16h30

MAIRIE DE VALENTON - SERVICE RETRAITÉS
6, rue Gaston Monmousseau
Téléphone : 01.43.86.36.62
Mail : service.retraites@ville-valenton.fr