

À VOS AGENDAS !

La newsletter du centre socioculturel et de la Ludothèque

ÉVÉNEMENTS DU MOIS

29/09 > 03/10 SEMAINE BLEUE



LUN. 29/09 FORUM DE L'HABITAT POUR LES SENIORS
10H>17H

Venez rencontrer les acteurs de « l'habitat senior », à même de vous accompagner dans votre réflexion de projet d'habitat adapté.
Hôtel de Ville

MAR. 30/09 À L'AGORA

■ 14h-15h30 et 16h-17h30 : ateliers socio-esthétique (visage et mains) - Sur inscription

■ De 15h à 18h : dépistage - repérage de la fragilité de la personne âgée

■ De 16h30-18h : découverte de la brain gym par Couleurs zen
Sur inscription

MER. 01/10 CONFÉRENCE INTERACTIVE
« LE BIEN-ÊTRE AU FIL DES ÂGES »
10H>13H

Deux thématiques seront abordées : le sommeil réparateur et la gestion du stress.
L'Agora

JEU. 02/10 CAFÉ DES AIDANT.E.S - 10H>12H

Vous accompagnez et soutenez une personne âgée et/ou en situation de handicap ? Ce temps d'échanges et d'écoute est fait pour vous.
L'Agora

VEN. 03/10 À L'AGORA

■ De 10h à 12h : atelier cuisine « gardez un bon équilibre alimentaire à tout âge ! » - Sur inscription

■ De 10h à 12h : atelier découverte « auto-massage »
Sur inscription

■ De 12h à 14h : repas partagé, apportez votre plat salé ou sucré préféré et place au partage et à la dégustation !

■ À 14h, 15h et 16h : sophrologie - Sur inscription

■ De 14h à 17h : atelier sport et bien-être par Ex Aequo
Sur inscription

■ De 14h à 16h : atelier « Yoga du rire » - Sur inscription

LUN. 06/10 À OSNY

■ À 10h : gymnastique posturale - Sur inscription

■ À partir de 12h : marche intercommunale - 3 circuits au départ du château de Grouchy (3, 6 et 10 km). Pique-nique possible aux abords de l'esplanade - Sur inscription

CONTRIBUEZ À OCTOBRE ROSE

LES VENDREDIS 19, 26 ET MERCREDI 24 SEPT
DE 10H À 12H ET DE 14H À 17H

Si vous souhaitez contribuer à la collecte de dons pour la Ligue contre le cancer, vous pouvez participer à la confection de tote bag ou sacs àovac en tissu. Ceux-ci seront proposés en échange d'un don lors du Marché des Saisons du samedi 4 octobre.

>> INFOS & INSCRIPTIONS AU 01 34 24 53 54 OU À CSC.AGORA@MAIRIE-VAUREAL.FR

ANIMATIONS

JEU. 18/09 REPRISE DU GROUPE DE FEMMES
ET DRESSING SOLIDAIRE - 14H>17H

MAR. 30/09 PARENTS, MODE D'EMPLOI - 19H
Un temps d'échanges autour de la parentalité, animé par le Conseil citoyen.

VEN. 03/10 ATELIER « BIENVENUE À LA RETRAITE »
10H>11H30

Vous n'êtes pas encore à la retraite ? Ou tout jeune retraité.e ? Vous vous interrogez sur la façon dont vous allez vivre cette nouvelle phase de vie ? La retraite constitue une transition importante, qui peut être angoissante pour certain.e.s. Ce cycle d'ateliers vous permettra d'être guidé.e dans cette nouvelle étape, dans une ambiance positive et conviviale. Cette date débute un cycle de plusieurs ateliers :

- Ven. 3/10 de 10h à 11h30
- Ven. 10, 17, 24/10, 7, 14/11 et 19/12 de 10h à 12h

Vous êtes invité.e.s à vous inscrire sur l'ensemble du cycle.
Gratuit - Sur inscription

SORTIE

MER. 16/09 INSCRIPTION À LA SORTIE
À 18H
SAMEDI 27 SEPTEMBRE AU CENTER PARC VILLAGE
NATURE PARIS
Transport en car
Tarifs : 23,50 € (enfants) / 31,50 € (adultes)
55 places

À NOTER

LIEU D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS - 9H>12H

Tous les mercredis

Amusez-vous avec vos enfants de 0 à 3 ans dans un lieu dédié tout en parlant avec les autres parents.

Maison de la Petite Enfance

BOURSES SCOLAIRES

Votre quotient familial « Ville » se situe dans la tranche 1 ou 2 ? Vos enfants sont scolarisés du CP aux études supérieures ? Retirez un dossier à L'Agora, à l'Hôtel de Ville ou sur le site de la Ville pour bénéficier de 120 € par enfant (jusqu'au 17 octobre).

PASS SOLIDARITÉ LOISIRS

La Ville vous soutient dans votre pratique associative et musicale. Si votre quotient familial « Ville » se situe dans les tranches de 1 à 4, vous pouvez bénéficier d'une déduction de 105 € par enfant et par adulte sur vos adhésions aux associations de la ville et à l'École de Musique. Récupérez votre Pass Solidarité Loisirs auprès du Guichet unique à l'Hôtel de Ville.

JEU. 11/09 MARCHÉ ALIMENTAIRE - 15H30>18H30

Profitez d'une sélection de produits frais, locaux et de qualité, à prix doux.
Place Joseph Wattellier

