

VEN.
22
MAI

CAFÉ-JEUX

14h - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Après-midi convivial Jeux de société, un moment idéal pour s'amuser, échanger et créer du lien dans la bonne humeur.



MAR.
26
MAI

EXPOSITION ART'COLOGIE#4

14h - Galerie Julio Gonzalez

Exposition artistique autour des liens entre l'art et l'écologie : recyclage, biodiversité, nature et protection de la planète. Un événement culturel participatif réunissant différents artistes.



VEN.
29
MAI

DÉJEUNER PARTAGÉ

12h - Maison de la Bièvre (salle 1)

Comme chaque année, venez participer au déjeuner partagé, chacun apporte une contribution (salade, plats, dessert et/ou boissons). Ce temps de partage sera suivi par une animation musicale et des jeux.



* Participation aux frais (PAF) : coût après déduction de 50% pris en charge par la Ville (frais de personnel non pris en compte).



Il reste encore quelques places disponibles pour le séjour **CHÂTEAUX ET TRADITIONS - Val de Loire**, prévu du 7 au 9 décembre.

Trois jours d'escapade culturelle et gourmande au cœur du Val de Loire, à la découverte de ses châteaux emblématiques, de son patrimoine et de ses traditions locales.

Au programme : visites de sites remarquables, découverte de savoir-faire artisanaux et moments conviviaux à partager en groupe.

Tarif prévisionnel : 336 € par personne (hors frais de transport, qui seront communiqués ultérieurement).



Vous êtes retraité-e mais pas encore connu-e du service retraités/seniors ? Vous souhaitez recevoir toutes les informations sur les activités, actions ou aides sociales pouvant vous concerner ? Signalez-vous auprès du service au ☎ 01 46 15 08 70 ou à activites-retraites@mairie-arcueil.fr

VILLE D'ARCUEIL

Activités Seniors

PROGRAMME D'AVRIL À MAI 2026

TOUTES LES ACTIVITÉS SONT SUR INSCRIPTION

Au service retraités, par téléphone au ☎ 01 46 15 08 70 ou par mail à activites-retraites@mairie-arcueil.fr



VEN.
10
AVRIL

CAFÉ-JEUX

14h - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Après-midi convivial Jeux de société, un moment idéal pour s'amuser, échanger et créer du lien dans la bonne humeur.



JEU.
16
AVRIL

VISITE DE LA CONCIERGERIE ET DE LA SAINTE-CHAPELLE



Découverte de deux joyaux du patrimoine parisien : l'ancienne prison de la Conciergerie, témoin majeur de la Révolution française, puis la Sainte-Chapelle et ses célèbres vitraux exceptionnels. Une immersion au cœur de l'histoire et de l'architecture gothique.

Rdv à 13h45 à la gare du RER Laplace ou sur place au 10 bd du Palais 75001 Paris à 14h30.
Tarif : 18 € (PAF*)



VEN.
17
AVRIL

LES RENDEZ-VOUS NATUROPATHIE

9h30 - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Moment d'échange et de pratique animé par un naturopathe. Contenu personnalisé pour un temps de bien-être et de détente réels.



CRÉATION DE VIDE-POCHE FLORAL

14h - Salle Erik Satie

Atelier à partir de fleurs séchées, avec le service Parcs et jardins de la ville



MAR.
21
AVRIL

CAFÉ DES AIDANTS

15h - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Temps d'échange convivial destiné aux personnes accompagnant un proche en perte d'autonomie, afin de partager leurs expériences, s'informer et trouver du soutien.

Les inscriptions se font auprès de Coline Windal, psychologue de l'association DELTA 7, au 07 66 02 29 49 ou par mail à l'adresse suivante : cwindal@delta7.org



VEN.
24
AVRIL

CAFÉ-JEUX

14h - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Après-midi convivial Jeux de société, un moment idéal pour s'amuser, échanger et créer du lien dans la bonne humeur.



MAR.
5
MAI

BIEN SUR INTERNET

10h les mardis et jeudis - Salle Erik Satie

En partenariat avec le PRIF, nous proposons un cycle d'ateliers pratiques pour apprendre à utiliser sereinement Internet, envoyer des e-mails, effectuer ses démarches en ligne et naviguer en toute sécurité. Accessible aux débutants, dans une ambiance détendue et bienveillante.



MER.
6
MAI

ATELIER NUTRITION

10h les mercredis - Salle Erik Satie

Un cycle d'ateliers pour comprendre ses besoins nutritionnels, comment équilibrer son assiette, prévenir la dénutrition et le diabète, décrypter les étiquettes alimentaires et mieux s'orienter parmi les différents régimes alimentaires. Conseils pratiques et mises en situation au programme.



JEU.
7
MAI

CAFÉ-JEUX

14h - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Après-midi convivial Jeux de société, un moment idéal pour s'amuser, échanger et créer du lien dans la bonne humeur.



LUN.
11
MAI

YOGA SUR CHAISE

10h - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Plus de mobilités, pour un plus grand confort des articulations de tout le corps. Objectif : détente et relaxation.



VEN.
15
MAI

SORTIE PIQUE-NIQUE À SCEAUX

Un agréable moment de partage autour d'un pique-nique pour profiter pleinement du cadre et de la journée. Apportez également vos jeux de plein air (Molky, boules et jeux de société). Si la météo n'est pas au rendez-vous, nous nous retrouverons dans la salle Erik Satie pour partager ce moment ensemble à l'abri.

Rdv à 11h à la gare RER Laplace, ou sur place à 12h.



MAR.
19
MAI

CAFÉ DES AIDANTS

15h - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Temps d'échange convivial destiné aux personnes accompagnant un proche en perte d'autonomie, afin de partager leurs expériences, s'informer et trouver du soutien.

Les inscriptions se font auprès de Coline Windal, psychologue de l'association DELTA 7, au 07 66 02 29 49 ou par mail à l'adresse suivante : cwindal@delta7.org



JEU.
21
MAI

CINÉ-THÉ

13h45 - Cinéma Jean Vilar (1 rue Paul Signac)

Programmation à découvrir dans l'ANC - Arcueil Notre Cité du mois de mai.

Tarif : 3,50 € sur place



VEN.
22
MAI

LES RENDEZ-VOUS NATUROPATHIE

9h30 - Salle Erik Satie (2 rue Erik Satie)

Moment d'échange et de pratique animé par un naturopathe. Contenu personnalisé pour un temps de bien-être et de détente réels.

