

# SENIORS | Ateliers mémoire | réunion d'information

jeudi 26 septembre

Le centre social vous propose des ateliers "mémoire" en direction des seniors pierrelaysiens ou hors commune.

Le jeudi 26 septembre, venez à notre rencontre lors d'une réunion collective.

Nous vous exposerons les dates / horaires des futurs ateliers ainsi que les thématiques abordées et nous répondrons aux questions que vous pourriez vous poser concernant les différents ateliers à venir.

Le Centre social de la ville de Pierrelaye vous propose

## Ateliers Seniors

Mémoire, équilibre en mouvement, Marche

**ATELIER + DE PAS**  
Les bienfaits de la marche  
RÉUNION D'INFORMATION : Mercredi 18 septembre - 14h - 16h30 | Foyer Club

**ATELIER MEMOIRE**  
Exercices ludiques, bonnes pratiques...  
RÉUNION D'INFORMATION : Jeudi 26 septembre - 14h - 16h | Foyer Club

**ATELIER EQUILIBRE EN MOUVEMENT**  
Renforcement, assouplissements, équilibre. Savoir réagir en cas de chute  
RÉUNION D'INFORMATION : Lundi 16 septembre - 14h30 - 16h | Médiathèque

**INSCRIPTIONS / RENSEIGNEMENTS**  
CENTRE SOCIAL LES MARRONNIERS  
42 bis rue Victor Hugo  
(dormant situé derrière la mairie)  
Tél : 01 34 32 41 90  
Programme complet : [www.pierrelaye.fr](http://www.pierrelaye.fr)

AVEC LA PARTICIPATION

Logos des partenaires : PRIF, Agence de la Qualité, N°1 SILVER

© Pierrelaye

## RÉUNION D'INFORMATION COLLECTIVE

avant les ateliers mémoire : exercices ludiques, bonnes pratique...

jeudi 26 septembre

de 14h à 16h,

au Foyer-club. (À côté de la médiathèque, 2 rue de la Paix).

## Coordonnées

Foyer club

2 rue de la paix 95480 Pierrelaye

95480

Pierrelaye

Date

Jeudi 26 septembre, 14:00 - 16:00

Infos pratiques

## ATELIERS GRATUITS.

**Les seniors pierrelaysiens sont prioritaires** mais si vous résidez hors commune vous pouvez tout de même vous inscrire aux différents ateliers.

Une liste d'attente sera ouverte pour chaque atelier, y compris pour les seniors hors commune.

**Après chaque réunion d'information**, les personnes intéressées s'engageront, en s'inscrivant, à participer au cycle complet des ateliers soit **10 séances** pour la mémoire.

**Aucun atelier n'aura lieu durant la période des vacances scolaires.** Pensez à en prendre bonne note sur vos agendas.

Documents

[Programme des ateliers seniors 2024](#)

Contact

**Renseignements et inscriptions**

Centre social Les Marronniers

42 bis rue Victor Hugo

(bâtiment situé derrière la mairie)

**Tél : 01 34 32 41 90**