

# ACTIVITÉS SENIORS

**PROGRAMME**  
AVRIL À AOÛT 2023

*Destination  
Bruges*



**Animations seniors**  
**"ça démén'Age" !**



# ACTIVITÉS SENIORS

## LE SERVICE ANIMATION SENIORS VOUS PROPOSE

ACTIVITÉS GRATUITES AU FOYER BURGARD  
TOUT AU LONG DE L'ANNÉE, SUR INSCRIPTION

### Lundi

- Création mosaïque 10h à 12h
- Scrabble 13h45 à 17h

### Mardi

- Atelier Laine de cœur 9 h30 à 12h
- Quizz à thème 13h45 à 17h
- Atelier jardinage 14 h à 17h  
Du 25 avril au 20 juin

### Mercredi

- Jeux de société 13h45 à 17h

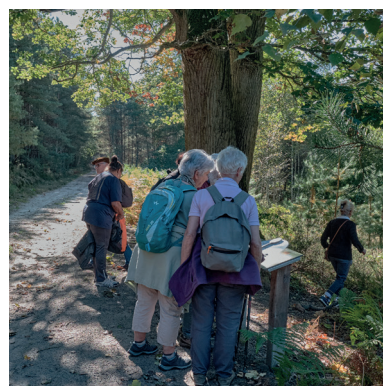


### Jeudi

- Atelier Laine de cœur 9h30 à 12h
- Jeux de société 13h45 à 17h

### Vendredi

- Atelier RECUP' 9h30 à 12h
- Jeux du baccalauréat 13h45 à 16h45



De nombreuses balades pédestres

Atelier Laine de cœur



Mercredi 1<sup>er</sup> février : un temps convivial avec la galette des Rois

AVRIL  
À AOÛT  
2023

## ACTIVITÉS PONCTUELLES (SUR INSCRIPTION)

- Ciné-club (2 €)  
Lundis 17 avril et 26 juin 14h  
Conservatoire de musique  
et de danse
- Karaoké Spécial « Années 80 »  
avec goûter   
Mardi 9 mai 14h à 17h  
Maison des Familles
- Repas des seniors (5 €) 12h  
Mercredi 19 avril  
Réservation à partir du lundi 3 avril  
Mercredi 24 mai  
Réservation à partir du mardi 9 mai  
Mercredi 28 juin  
Réservation à partir du lundi 12 juin  
École primaire Jean Jaurès
- Balades pédestres 13h30 à 17h   
Mercredi 12 et 26 avril  
Mercredi 17 mai  
Mercredi 7 et 21 juin  
Départ du gymnase Rousseau  
(tarif maximum 30,93€ pour l'année,  
calculé selon le quotient familial)
- Atelier pâtisserie  
(en préparation  
de la Fête des Aînés)  
Mardi 13 juin 9h à 12h30  
Salle de la Boissière 

# SORTIES À LA JOURNÉE

Sur inscription au service animation seniors au Foyer Burgard, tarif selon quotient familial.

## Salon art et jardin

Bergerie Nationale de Rambouillet

**Samedi 8 avril**

Une journée avec une centaine de professionnels de l'aménagement extérieur, la décoration, de la création de jardins, d'horticulteurs et maraîchers, de producteurs vous accueillent et vous conseillent.

DÉJEUNER LIBRE OU PIQUE-NIQUE

Rendez-vous au foyer Burgard pour une collation puis trajet aller/retour en train.



## Journée à Bruges

**Vendredi 26 mai**

Matin : visite guidée de Bruges (Belgique).  
Après-midi : temps libre.

DÉJEUNER INCLUS



## Ferme de Gally

**Vendredi 30 juin**

Cueillette de fruits et de légumes, panier à votre charge.

DÉJEUNER LIBRE



## Journée à Paris

**Jeudi 20 juillet**

Matinée Paris Plage (espace baignade géant constitué de 3 bassins de différentes profondeurs, nombreuses activités : canoë kayak, kayak polo, stand up paddle, pédalos, vélos pédalos, babyfoot, tai-chi, danse de salon...)

Après-midi : Croisière bateaux parisiens commentée.

DÉJEUNER LIBRE



## Fête des Loges

**Jeudi 3 août**

Sortie intergénérationnelle à St-Germain en-Laye. Journée libre. Petits et grands auront l'occasion s'amuser sur les nombreuses attractions proposées ou tout simplement flâner et profiter du soleil dans ce cadre champêtre.

DÉJEUNER LIBRE

Restauration possible sur place.

NOUVEAU

## Mercredi 14 juin Fête des aînés, "fête" connaissance !

De 12h à 16h,  
Quartier de la Boissière  
en extérieur.

Un temps d'échange et de lien social  
(animations, convivialité, buffet...)

Programme détaillé à venir.

## En prévision de la prochaine Semaine Bleue

nous souhaitons  
vous mettre en  
avant lors d'une  
exposition dans  
le hall de la Mairie.

“ NOS SENIORS  
ONT DU TALENT ”

## Faites-vous connaître

auprès de l'équipe animation seniors pour présenter  
votre talent (peinture, photo, écriture, réalisations  
manuelles, pâtisseries à faire déguster...).

# ACTIVITÉS SPORTIVES

De septembre à juin, payantes et sur inscription

ACTIVITÉS	JOURS	HEURES	LIEUX	INTERVENANTS
Yoga	Lundi	10h30 à 11h30	Conservatoire de musique et de danse 4 rue des Fermes, place N. Mandela	Professeur
	Mardi	10h30 à 11h30		
Piscine (natation libre)	Lundi	12h45 à 13h30	Piscine J. Monquaut Rue Léo Lagrange	Direction des sports Maître-nageur sauveteur
Gym équilibre	Mardi	15h20 à 16h20	Gymnase Broustal 6, rue Beethoven	Direction des sports (12 personnes max)
Gymnastique douce	Mercredi et vendredi	10h45 à 11h45	Gymnase Broustal 6, rue Beethoven	Direction des sports (24 personnes max)
Aquagym	Jeudi	12h45 à 13h30 15h10 à 15h55	Piscine J. Monquaut Rue Léo Lagrange	Direction des sports Maître-nageur sauveteur

Tarif maximum pour l'année (calculé selon le quotient familial) :

1 cours/semaine = 96,65 €    2 cours/semaine = 157,54 €

Pas d'activités sportives pendant les vacances scolaires.

# ACTIVITÉS HORS LES MURS

Gratuites

ACTIVITÉS	JOURS	HEURES	LIEUX	INTERVENANTS
Chant	Jeudi	10h30 à 11h30	Conservatoire de musique et de danse	Animateur des centres socioculturels
Ludi Boxing	Jeudi	15h30 à 16h30	Gymnase Gagarine Rue Pierre Courtade	Direction des Sports
Parcours santé	Vendredi	14h à 15h	Pépinière à côté de la Maison des parents	Direction des Sports