

Parc St Nicolas | Av. Jean Jaurès

# Festi' Vallée d'Igny®



ans

*Festizz fait la fête!*

ÉDITION SPÉCIALE ANNIVERSAIRE

Artisanat - Arts de la rue - Jeux

Buvettes - Restauration - Concerts

Dédicaces BD - Pyrotechnie - La Trifouillette

**NOUVEAU** : Concours - Igny a un incroyable talent

**13-14**  
2025 **SEPT.**



INFOS : [www.igny-animation.fr](http://www.igny-animation.fr)



## ACTIVITÉS SENIORS DU MOIS DE SEPTEMBRE 2025



**LES ACTIVITÉS SONT OUVERTES À TOUS LES SENIORS.**

Elles se déroulent au Pôle seniors

4, rue Ambroise Croizat, Igny

Renseignements et inscriptions :

01 69 33 22 12 / 22 13 - [poleseniors@igny.fr](mailto:poleseniors@igny.fr)





# ACTIVITÉS SENIORS DU 1<sup>ER</sup> AU 30 SEPTEMBRE



## LUNDI 1<sup>ER</sup>

- 10h15 - 11h45 : Yoga avec Christelle (*sur inscription - 14 places*)
- 14h30 : Prévention et sensibilisation sur l'hygiène bucco-dentaire

## MARDI 2

- 14h30 : Racontons-nous avec Aurélie et Virginie

## MERCREDI 3

- 15h : **ATELIER DÉCOUVERTE : AUTO MASSAGE VISAGE ET MAINS** proposé par Fanny (*sur inscription 12 places*)

## VENDREDI 5

- 13h30 - 14h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 14h30 - 15h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 15h30 : Activités avec Isabelle

## LUNDI 15

- 10h15 : Yoga avec Pascale (*sur inscription - 14 places*)
- 14h30 : LOTO loisirs

## MERCREDI 17

- 15h30 : Atelier mémoire avec Virginie (*sur inscription - 10 places*)

## VENDREDI 19

- 13h30 - 14h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 14h30 - 15h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 15h30 : Instant jeux

## LUNDI 22

- 10h30 : Self-défense avec Karim (*sur inscription - 10 places*)
- 14h30 : **CAFE SENIORS** : à la redécouverte des jeux en bois avec M. Valembois

## MARDI 23

- 14h30 : Racontons-nous avec Aurélie et Virginie

## MERCREDI 24

- 15h : Les remue-méninges de Paulette

## JEUDI 25

- 9h30 - 10h30 : Gym avec Hugo (*Sur inscription 14 places*)
- 10h45 - 11h45 : Gym avec Hugo (*Sur inscription 14 places*)

## VENDREDI 26

- 13h30 - 14h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 14h30 - 15h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 14h - 16h : Atelier numérique avec Leslie (en bibliothèque) (*sur inscription - 10 places*)
- 15h30 : Instant jeux



## LUNDI 8

- 10h : Relaxation avec Virginie (*sur inscription - 14 places*)
- 14h30 : Danse lâcher prise avec Adama

## MARDI 9

- 14h30 : Ateliers manuels avec Virginie

## MERCREDI 10

- 14h : Rencontre intergénérationnelle autour des jeux (Wii, Switch)

## JEUDI 11

- 9h30 - 10h30 : Gym avec Hugo (*sur inscription 14 places*)
- 10h45 - 11h45 : Gym avec Hugo (*sur inscription 14 places*)
- 14h30 : **THÉ DANSANT** aux Belleaunes

## VENDREDI 12

- 13h30 - 14h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 14h30 - 15h30 : Sport santé avec Chloé (*sur inscription - 10 places*)\*
- 15h30 : Instant jeux

## LUNDI 29

- 10h15 : Yoga avec Pascale (*sur inscription - 14 places*)
- 15h : Art thérapie avec Pascaline (*Sur inscription 10 places*)

## MARDI 30

- 15h : **Les anniversaires** avec la chorale (Monique R., Martine Voirin, Maurice, Geneviève, Donatien, Dominique Delacotte)



\* Proposée par la Martinière

