



# ACTIVITÉS SENIORS DU MOIS DE JUIN 2026



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 JUIN

## LUNDI 1

9h30 -10h30 : Yoga avec Pascale (*sur inscription*)  
10h45 -11h45 :

13h30 : **Café Summer dans le jardin des Belleaunes**

## MARDI 2

15h : **Quiz « Silence on tourne »** avec Patrick'Anim

## MERCREDI 3

10h : Gym du cerveau avec Catherine (*sur inscription*)  
15h : Séance de cinéma

## VENDREDI 5

13h30-14h30 : Sport santé avec Lissandro (*sur inscription*)  
14h30-15h30 :  
15h30 : Instant jeux

## LUNDI 8

10h30 : Boxe avec Karim (*sur inscription*)  
14h30 : Racontons-nous avec Aurélie et Virginie

## MARDI 9

14h30 : **Projection « Derrière le miroir »** proposée par M. Bobot

## MERCREDI 10

10h : **Rencontre culinaire avec Gaia du SPOT**  
15h : **Les remues-méninges de Paulette**

## JEUDI 11

9h30-10h30 : Gym avec Hugo (*sur inscription*)  
10h45-11h45 :  
14h30 : **Après-midi festif aux Ruchères**

## VENDREDI 12

10h : **Rencontre intergénérationnelle au RPE**  
13h30-14h30 : Sport santé avec Lissandro (*sur inscription*)  
14h30-15h30 :  
15h30 : Balade (selon météo)

## LUNDI 15

10h30 : Yoga avec Pascale (*sur inscription*)  
14h30 : Danse lâcher prise avec ADAMA

## MARDI 16

12h : **Sortie au restaurant** (*sur inscription jusqu'au 4/06*)  
15h : Atelier image et langage avec Jean-Philippe (*sur inscription*)

## MERCREDI 17

14h : Rencontre intergénérationnelle - Jeux vidéo

## JEUDI 18

9h30-10h30 : Gym avec Hugo (*sur inscription*)  
10h45-11h45 :

## VENDREDI 19

13h30-14h30 : Sport santé avec Lissandro (*sur inscription*)  
14h30-15h30 :  
15h30 : Moments de partage avec Christelle et Nora

## LUNDI 22

10h30 : Mémomouv avec Sabrina (*sur inscription*)  
15h30 : Atelier mémoire avec Virginie (*sur inscription*)

## MERCREDI 24

14h-18h : **Rendez-vous des boulistes au Boulodrome**

## JEUDI 25

9h30-10h30 : Gym avec Hugo (*sur inscription*)  
10h45-11h45 :

## VENDREDI 26

13h30-14h30 : Sport santé avec Lissandro (*sur inscription*)  
14h30-15h30 :  
17h30 : **Apéritif convivial avec les élus**

## LUNDI 29

10h30 : Yoga sur chaise avec Virginie (*sur inscription*)  
13h30-14h30 : Atelier automassage avec Fanny (*sur inscription*)  
14h30-15h30 :

## MARDI 30

10h30-11h30 : **Rencontre intergénérationnelle - Jeux de société**  
15h : **Intervention musicale au piano et anniversaires**