

SORTIES CLUBS SENIORS

Mardi 30 avril 2019

La Résidence de la Marque organise
**une sortie au Château de Belœil
et visite de l'exposition florale avec déjeuner**
Horaire: 8h15 à 18h15

1^{er} et 2 juin 2019

Image et Pensée organise
un week end à Chambord

Mardi 4 Juin 2019

Club des 3 Baudets organise
**une sortie à la Distillerie de Houlle
puis repas dansant à la Hêtraie à Rinxent**

Jeudi 6 juin 2019

Club de la Marque organise
une sortie à Ypres

Pour tous renseignements et inscriptions
n'hésitez pas à contacter le 03 20 99 94 79
ou justine.ferlin@ville-hem.fr



ANIMATIONS SENIORS

MARS À JUILLET 2019



MARS

Sophrologie

Date: Lundi 25 mars
Horaire: 9h30
Lieu: Résidence de la Marque

Danse country

Date: mercredi 27 mars
Horaire: 16h30
Lieu: Maison du Foot

Seniors au volant

Date: vendredi 29 mars
Horaire: 10h
Lieu: Centre Intergénérationnel
Beaumont (salle de réunion)

Avril

Massage et auto massage

Date: jeudi 4 avril
Horaire: 9h30 ou 10h30
Lieu: Résidence de la Marque

Olfactothérapie

Date: vendredi 5 avril
Horaire: 15h
Lieu: Résidence de la Marque

Sophrologie

Date: lundi 8 avril
Horaire: 9h30
Lieu: Résidence de la Marque

Loto

Date: samedi 13 avril
Horaire: 14h
Lieu: Salle des fêtes

Atelier Art Floral

Date: mercredi 17 avril
Horaire: 14h
Lieu: Résidence de la Marque

PLANNING DES ANIMATIONS SENIORS MARS À JUILLET 2019

Danse country

Date: mercredi 24 avril
Horaire: 16h30
Lieu: Maison du Foot

Seniors au volant

Date: vendredi 26 avril
Horaire: 10h
Lieu: Centre Intergénérationnel
Beaumont (salle de réunion)

Fête du poisson

Marche seniors

+ Diagnoform

Date: samedi 27 avril
Horaire: 14h
Lieu: Base de loisirs

Mai

Massage et auto massage

Date: jeudi 2 mai
Horaire: 9h30 ou 10h30
Lieu: Résidence de la Marque

Olfactothérapie

Date: vendredi 3 Mai
Horaire: 15h
Lieu: Résidence de la Marque

Sophrologie

Date: Lundi 6 mai
Horaire: 9h30
Lieu: Résidence de la Marque

Prévention seniors

Police Nationale

Date: mercredi 15 mai
Horaire: 14h30
Lieu: Résidence de la Marque

Seniors au volant

Date: vendredi 17 mai
Horaire: 10h
Lieu: Centre Intergénérationnel
Beaumont (salle de réunion)

Sophrologie

Date: Lundi 20 mai
Horaire: 9h30
Lieu: Résidence de la Marque

Danse country

Date: mercredi 29 mai
Horaire: 16h30
Lieu: Maison du Foot

Juin

Sophrologie

Date: Lundi 3 juin
Horaire: 9h30
Lieu: Résidence de la Marque

Massage et auto massage

Date: jeudi 6 juin
Horaire: 9h30 ou 10h30
Lieu: Résidence de la Marque

Prévention des chutes

Date: Les jeudis 6, 13, 20
et 27 juin
Horaire: de 14h à 16h
Lieu: Atelier partagé, 702 rue
Ambroise Paré à Hem

Adaptation du logement

Date: Les vendredis 14, 21,
et 28 juin
Horaire: de 14h à 16h
Lieu: Atelier partagé, 702 rue
Ambroise Paré à Hem

Olfactothérapie

Date: vendredi 7 juin
Horaire: 15h
Lieu: Résidence de la Marque

Seniors au volant

Date: vendredi 7 juin
Horaire: 10h
Lieu: Centre Intergénérationnel
Beaumont (salle de réunion)

Danse Bien-être

Date: vendredi 14 juin
Horaire: 15h
Lieu: Résidence de la Marque

Sophrologie

Date: Lundi 17 juin
Horaire: 9h30
Lieu: Résidence de la Marque

Bal musette

Date: vendredi 21 juin
Horaire: 14h à 22h
Lieu: Espace de vie
Saint Exupéry

Danse country

Date: mercredi 26 juin
Horaire: 16h30
Lieu: Maison du Foot

Juillet

Danse country

Date: mercredi 10 juillet
Horaire: 16h30
Lieu: Maison du Foot

Bal musette

Date: samedi 13 juillet
Horaire: 16h à 19h
Lieu: Grand'Place