

Ateliers bien-être

Le Pôle Seniors de la Ville de Chaville propose aux personnes âgées de 60 ans et plus une série d'ateliers et de conférences "Bien-être". Les séances sont adaptées au rythme et possibilités de chaque participant.



Les ateliers "bien-être" sont l'occasion d'améliorer le bien-être au quotidien, de se détendre, de retrouver une image positive de soi, de rencontrer d'autres personnes et de vivre des moments de convivialité.

Les ateliers sont accessibles à tous, notamment aux personnes à mobilité réduite, quel que soit leur degré d'autonomie.

[Cliquez ici pour télécharger le programme des ateliers pour avril-octobre 2024](#)

Atelier "Ma Mobilité"



En partenariat avec la MJC de la Vallée

- > Mardi 23 avril, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 30 avril, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 7 mai, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 14 mai, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 21 mai, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 28 mai, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 4 juin, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 11 juin, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 18 juin, 11h15-12h15 à la MJC
- > Mardi 25 juin, 11h15-12h15 à la MJC

Rencontre: "Ma Mobilité ne s'arrête pas là !" - jeudi 27 juin 2024, en mairie

Atelier "Numérique"



En mairie

- > Jeudi 25 avril, 14h30-16h30
- > Jeudi 2 mai, 14h30-16h30

- > Jeudi 16 mai, 14h30-16h30
- > Jeudi 23 mai, 14h30-16h30
- > Jeudi 30 mai, 14h30-16h30
- > Jeudi 6 juin, 14h30-16h30
- > Jeudi 13 juin, 14h30-16h30
- > Jeudi 20 juin, 14h30-16h30
- > Jeudi 27 juin, 14h30-16h30

Bilan de l'atelier "Numérique", jeudi 19 septembre, 14h30-16h30

Ateliers avec France Emploi Domicile



Avec [France Emploi Domicile](#) ↗
En mairie

- > Atelier "rhumatismes et vous" : vendredi 7 juin, 14h30-16h30
- > Atelier "les bons réflexes pour consommer responsable" : vendredi 4 octobre, 14h30-16h30

Atelier "Vital'été"



Présentation de l'atelier "Vital'été" - lundi 24 juin, 10h30-12h, en
mairie
Bilan santé - mercredi 26 juin, 10h-12h, au Pôle Seniors

- > Mardi 2 juillet, 10h30-11h30, en mairie
- > Jeudi 4 juillet, 10h30-11h30, à la MJC
- > Mardi 9 juillet, 10h30-11h30, à la MJC
- > Jeudi 11 juillet, 10h30-11h30, à la MJC
- > Mardi 16 juillet, 10h30-11h30, en mairie
- > Jeudi 18 juillet, 10h30-11h30, en mairie

Conférences



- > Lundi 27 mai, à 14h30
"Conférence sur l'ouverture des droits auprès des caisses de retraite et complémentaires"
Mairie
- > Lundi 3 juin, à 14h30
"Prévention/sécurité des seniors"
Mairie
- > Vendredi 28 juin, à 11h
"Menu, services et dégustation"
Mairie

- > Mardi 23 juillet, à 10h30
"Autour de la nutrition"
Mairie
- > Jeudi 25 juillet, à 10h30
Conférence finale "Ergonomie"
Mairie



VILLE DE CHÂTENAY-LE-ROI
1456 AVENUE ROGER SALENGRO
92370 CHÂTENAY-LE-ROI

☎ 01 41 15 40 00

🕒 **Horaires**
08h30 > 12h30 / 13h30 > 17h30
Fermeture le mardi matin
Vendredi fermeture à 16h30
Samedi 9h > 12h

[@ CONTACTEZ-NOUS](#)