

# Après-midi dansant

► Mercredi 10 décembre  
de 14 h à 16 h 30

À la résidence Robert Landry  
5 rue Colombe

Danser, chanter, bouger... Dans la joie et la bonne humeur !

C'est ce que vous propose cet après-midi dansant qui conjugue pas de danse, musique et bonne humeur à la résidence Robert Landry. Cet après-midi est animé par l'association musicale pour seniors.

SENIORS

GRATUIT  
Inscriptions auprès du CCAS



## Ateliers art thérapie

► Vendredis 12 et 26 décembre  
de 15 h à 17 h

À la résidence Robert Landry

L'atelier art thérapie est un atelier bien-être qui permet d'utiliser sa créativité à des fins thérapeutiques au travers de la peinture, du mandala, du dessin, de la sculpture, de la poterie...

Cet atelier permet aux personnes de s'exprimer à l'aide de l'art sans interprétation de l'intention, de l'action ou de la production artistique.

Ce n'est pas une psychothérapie. Cet atelier a pour objectif de renforcer la confiance en soi, de diminuer le stress et l'anxiété.



SENIORS

GRATUIT  
Inscriptions auprès du CCAS



## Atelier pâtisserie intergénérationnel

► Mercredi 17 décembre  
de 14 h à 16 h

Au club Noé  
1 rue Clément Ader



Cet atelier a pour objectif de réunir les jeunes et les seniors qui vont partir en Grèce du 2 au 6 mars prochain autour de la réalisation d'une pâtisserie pour favoriser les échanges et créer du lien avant de partir en séjour.

Réservé aux participants du séjour en Grèce.



GRATUIT  
Inscriptions auprès du CCAS



En décembre,  
le CCAS vous propose...

Les ateliers yoga  
Mardis 2, 9 et 16 décembre

Les ateliers sophrologie  
et bien-être  
Mardis 2 et 16 décembre

L'atelier danse  
Mercredi 3 décembre



Le festival  
des lumières sauvages  
Mercredi 3 décembre

L'après-midi dansante  
Mercredi 10 décembre



Les ateliers art thérapie  
Vendredis 12 et 26 décembre

L'atelier pâtisserie  
intergénérationnel  
Mercredi 17 décembre



L'équipe du CCAS  
vous souhaite...  
*De joyeuses Fêtes  
de fin d'année !*



**Pour info...**

Le CCAS bénéficie du soutien de deux jeunes en service civique depuis le 13 nov. 2025

**MISSIONS**

- Rendre visite au domicile des seniors qui le souhaitent pour partager un moment de convivialité autour d'un café, d'un jeu de société, d'une promenade...
- Assurer une permanence numérique au CCAS pour aider les seniors à créer une adresse mail, imprimer un mail, accéder à un espace administratif ou pour imprimer un document...

**DE RENSEIGNEMENTS**  
Contactez le CCAS au 01 75 65 10 51



► Mardis 2, 9 et 16 décembre  
de 10 h à 12 h

### À la Maison des Associations

Les thèmes abordés seront :

- aider à résoudre des situations de stress
- mieux gérer les émotions
- mieux faire face à la douleur
- contribuer à valoriser l'estime de soi



► Mardis 2 et 16 décembre  
de 14 h 30 à 16 h

### À la Maison des Associations

Durant ces séances, les thèmes abordés seront : aider à résoudre des situations de stress, à mieux gérer les émotions, à mieux faire face à la douleur, à contribuer à valoriser l'estime de soi.



► Mercredi 3 décembre  
de 15 h à 17 h

### À la salle des expositions

(44 bis rue du Général de Gaulle)

Vous avez plus de 60 ans et vous voulez découvrir différentes danses tout en vous amusant ? Venez participer à l'atelier danse animé par l'association animation musicale pour séniors.



► Mercredi 3 décembre  
À Thoiry (78770)

Découvrez la plus grande féerie lumineuse d'Île-de-France ! Un parcours de 3 km composé de près de 3 000 sculptures lumineuses et d'une ambiance sonore immersive qui vous guident tout au long d'un voyage nocturne extraordinaire ! Une thématique inspirée par la joyeuse célébration du Dia de los Muertos mexicain.

Cette sortie est en partenariat avec le Centre municipal la Colline.

TOUT PUBLIC



**PROGRAMME**  
15 h 45 : départ du 1<sup>er</sup> ramassage au Franprix du Moulin, puis ramassage toutes les 10 min.  
(SG rue A.Briand, église Jean XXIII, Pavillon Bleu RN4)

18 h 15 : découverte du parcours du Festival des lumières sauvages

20 h 15 : départ pour retour à Chennevières

**TARIFS**

Paiement en CB/chèque  
Adhérents du CCAS : 14,19 €  
Non adhérents du CCAS : 21,69 €  
(Tarif réel : 33,29 €/pers.)  
Inscriptions auprès du CCAS



# Déjeuner Noël solidaire

JEUDI 25 DÉC. À 12 H

À l'Espace municipal Jean Moulin  
(18 rue des Fusillés de Châteaubriant)

Le CCAS propose aux personnes isolées le jour de Noël de se retrouver autour d'un moment convivial.

Venez profiter d'un moment de joie et de bienveillance autour d'un repas.

TOUT  
PUBLIC

GRATUIT

Inscriptions obligatoires  
auprès du CCAS :  
01 75 65 10 51  
Du 24 nov. au 5 déc.

