

du 5 au 9 octobre 2026

Relions tous les âges dans des territoires engagés !



Ateliers bien-être | Activités en plein air | Activités sportives | Animations & jeux

Programme complet sur www.triel-sur-seine.fr

Ouvert aux seniors triellois

Renseignements auprès du CCAS au 01 39 70 72 34

Lundi 5 octobre

🕒 **9h - 11h30 : Café papo't (petit-déjeuner offert),
puis séance découverte de la sophrologie**

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 **14h - 16h : Marche bleue au départ de la place Philippe Prévost**

📍 Bords de Seine Triel – Vaux-sur-Seine

Mardi 6 octobre

🕒 **10h - 12h : Grande dictée (épreuve et correction sur place)**

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 **14h : Découverte sport santé**

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 **14h : Séance de chant avec JubilAlto**

📍 Maison de Maitre, parc municipal

Mercredi 7 octobre

🕒 **9h30 : Cueillette de Cergy**

📍 Cergy (sortie en car, départ à 9h30 de la gare de Triel)

🕒 **14h - 16h : Activités intergénérationnelles**

📍 Maison des Jeunes

Jeudi 8 octobre

🕒 **10h - 12h : Initiation sarbacane (15€/personne)**

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 **14h - 16h : Loto-Goûter**

📍 Salle Philippe Prévost

Vendredi 9 octobre

🕒 **10h : Conférence cybersécurité**

📍 Maison des associations

🕒 **10h : Découverte sonothérapie**

📍 Salle Philippe Prévost

🕒 **14h - 17h : Thé dansant**

📍 Salle Philippe Prévost