



# *Rendez-vous* **Seniors**

**Janvier - Mars 2025**

Gastronomie

Sports

Loisirs

Culture

[SOISY-SOUS-MONTMORENCY.FR](http://SOISY-SOUS-MONTMORENCY.FR)



**Soisy**  
SOUS-MONTMORENCY



# Place aux animations 2025 !

En ce début d'année 2025, le service Animation Seniors vous adresse ses meilleurs voeux ! Que cette année soit riche en nouvelles aventures et découvertes à nos côtés.

Pour les mois de janvier, février et mars, nous avons préparé un programme chaleureux et varié : galette des rois, ateliers créatifs, sorties conviviales et culturelles pour profiter pleinement de l'hiver et accueillir les premiers jours du printemps.

Nous sommes ravis de commencer cette nouvelle année à vos côtés et espérons vous retrouver nombreux lors de nos rendez-vous.

L'équipe du service Animation Seniors.

## *Inscription et renseignements*

Service Animation Seniors

Hôtel de Ville

2 avenue du Général de Gaulle

95230 Soisy-sous-Montmorency

📞 01 34 05 20 26

[SOISY-SOUS-MONTMORENCY.FR](http://SOISY-SOUS-MONTMORENCY.FR)



**Soisy**

SOUS-MONTMORENCY

# Inscription janvier 2025

Les inscriptions pour les activités « Part'âges » et sorties du service Animation Seniors du mois de janvier ouvrent le 6 janvier à partir de 14h en salle des mariages.

Ateliers, sorties et moments de partage : un programme varié vous attend, découvrez-le dès maintenant !

**MARDI 14 JANVIER**

**Part'âges**

## *Atelier culinaire*

RÉALISEZ VOTRE GALETTE DES ROIS

Apprenez à confectionner votre propre galette des rois lors d'un atelier gourmand. Vous réaliserez deux garnitures savoureuses pour varier les plaisirs et impressionner vos proches. Repartez avec vos créations à faire cuire et le secret d'une galette maison réussie !



**Lieu :** Orangerie du Val Ombreux

Deux ateliers au choix : de 9h30 à 11h30 et de 14h30 à 16h30

**Tarif :** 5 €

**Inscription** à partir du 6 janvier dans la limite des places disponibles

**MARDI 21 JANVIER**

## *Présentation des voyages 2025*

ÉVADEZ-VOUS AVEC NOUS

Deux destinations inoubliables vous attendent en 2025 ! Le Service Animation seniors vous présentera en détail ces deux voyages lors d'une journée dédiée.

Direction le Portugal du 14 au 21 juin pour explorer ses paysages et sa culture en sillonnant le pays de Lisbonne à l'Algarve. Du 30 août au 06 septembre, c'est la Vendée qui vous attend. L'occasion de découvrir le patrimoine et les charmes d'une région riche.

**14h :** présentation du voyage au Portugal et inscriptions

**15h :** présentation du voyage en Vendée et pré-inscriptions

**Lieu :** Salle des mariages

**Entrée libre sur inscription au Service Animation Seniors**



**VENDREDI 24 JANVIER**

## *Et si on jouait ?*

**Part'âges**

**DÉFIS ET RIRES GARANTIS**

Nous vous invitons à tester vos talents de joueurs autour d'un large choix de jeux de société ! Stratégie, défis et détente seront au programme. L'occasion idéale de se retrouver, de s'amuser et tout simplement découvrir le plaisir des jeux de société !

**RDV : salle Roquépine,  
de 14h à 16h30**

**Entrée libre sur inscription au Service Animation Seniors  
Dans la limite des places disponibles  
L'atelier sera suivi d'un goûter**

**MARDI 28 JANVIER**

## *Découverte de l'origami*

**PLIEZ, DÉPLIEZ, ÉMERVEILEZ-VOUS !**

**Part'âges**

L'univers fascinant de l'origami vous attends lors d'une après-midi créative ! Apprenez les techniques de base pour transformer une simple feuille de papier en des formes étonnantes : animaux, fleurs et bien plus ! Laissez libre cours à votre imagination et repartez avec vos créations. Un moment de calme, de concentration et de plaisir garanti !

**RDV : Salle Roquépine**

**De 14h à 16h30**

**Tarif : 7,50 €.**

*L'atelier sera suivi d'un goûter*



**VENDREDI 31 JANVIER**

## *À la rencontre de Dali*

**ENTRE GÉNIE ARTISTIQUE ET SAVEURS PARISIENNES**

Direction le quartier pittoresque de Montmartre pour un déjeuner savoureux au restaurant Le Poulbot, suivi d'une visite fascinante du musée Salvador Dali. Une immersion dans l'univers surréaliste de l'artiste, où chaque œuvre pousse les frontières de l'imaginaire. Une après-midi alliant plaisir culinaire et exploration artistique, pour un moment inoubliable.

**RDV : Parvis de l'Hôtel de Ville à 10h30  
(retour prévu vers 17h45)**

**Tarif : 52 €**

*Cette visite comporte des temps de station debout, de marche et de montées d'escaliers.*

# Inscription février 2025

Les inscriptions pour les activités « Part'âges » et sorties du service Animation Seniors du mois de février ouvrent le 17 janvier à partir de 14h en salle des mariages.

**LUNDI 3 FÉVRIER**

Part'âges

## *Quiz chandeleur et dégustation de crêpes*

GOURMANDISE ET CHALLENGE AU RENDEZ-VOUS

Un rendez-vous pour les gourmands ! À l'occasion de la Chandeleur, la résidence Edmond Dobler vous invite à déguster de délicieuses crêpes. Et parce qu'un bon moment ne se savoure jamais seul, cette pause gourmande sera accompagnée d'un quiz spécial chandeleur, pour tester vos connaissances sur cette fête traditionnelle.

**Lieu : Résidence Edmond Dobler**

**À partir de 14h**

**Entrée libre sur inscription dans la limite des places disponibles**



**VENDREDI 7 FÉVRIER**

## *Exposition Ravel Boléro*

PLONGEZ DANS L'UNIVERS FASCINANT  
D'UN GÉNIE MUSICAL



Laissez-vous emporter par une exposition captivante dédiée à Maurice Ravel, le maître du Boléro. Son parcours exceptionnel, son univers musical unique et les secrets de l'œuvre qui a marqué l'histoire : une immersion totale dans la vie et l'art d'un compositeur de génie. Cette visite sera également l'occasion de découvrir la Philharmonie de Paris, un moment inoubliable !

**RDV : Parvis de l'Hôtel de Ville à 12h30 (retour prévu vers 16h45)**

**Tarif : 5 €**

**MARDI 11 FÉVRIER**

## *Atelier olfactif*

LE BIEN-ÊTRE PAR LES SENS

Part'âges

Explorez le pouvoir des sens lors d'un atelier olfactif unique ! Grâce à l'olfactothérapie, une forme de thérapie passant par les sens, explorez le lien entre les senteurs et vos émotions. Les huiles essentielles utilisées permettent de calmer, libérer et rééquilibrer les émotions. Une expérience qui allie détente et thérapie des sens !

**RDV** : Salle de l'Orangerie à 14h30 jusqu'à 15h30

**Tarif** : 12,50 €

**VENDREDI 14 FÉVRIER**

## *Atelier cyanotype sur tissu*

LA PHOTOGRAPHIE MONOCHROME

Part'âges

Faites appel à votre esprit artistique en testant le cyanotype, une méthode photographique ancienne qui utilise la lumière pour créer des impressions bleues sur tissu. Vous apprendrez à capturer des images avec des objets naturels et à les transformer en œuvres grâce à cette technique unique. Chaque participant repartira avec son photogramme cyanotype sur tissu monté sur un rond de broderie.



**RDV** : Salle Roquépine à 13h30 jusqu'à 15h30

**Tarif** : 17 €

**DIMANCHE 16 FÉVRIER**

## *Un voyage musical exceptionnel*

LAISSEZ-VOUS TRANSPORTER PAR LE BOLÉRO DE RAVEL

L'univers envoûtant de Maurice Ravel retracé par le spectacle « Boléro – Hommage à Maurice Ravel » au Palais des Congrès de Paris, n'attend que vous ! Un hommage à l'un des plus grands compositeurs de l'Histoire de la musique, avec une interprétation de son chef-d'œuvre. Vous serez emporté par la puissance de la musique et la beauté du Boléro dans un cadre exceptionnel.

**RDV** : Parvis de l'Hôtel de Ville à 14h (retour prévu vers 20h) - Durée 1h50 avec entracte

**Tarif** : 47,50 €

**LUNDI 17 FÉVRIER**

**Part'âges**

## *Retour vers le gaming*

RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE  
AUTOUR DES JEUX VIDÉO

Une après-midi sous le signe de la rencontre et du jeu vidéo ! Les services Animation seniors et Animation Jeunesse ainsi, en partenariat avec la Résidence Happy Senior, vous proposent de vous retrouver pour partager vos souvenirs des jeux de votre enfance et découvrir les jeux actuels avec des jeunes Soiséens. Un moment convivial pour échanger et s'amuser ensemble. Un goûter sera proposé pour clore de la plus belle des manières cette parenthèse intergénérationnelle !

**RDV : Résidence Happy Senior de 13h45 à 17h**

**Tarif : 18,60 €**



**VENDREDI 21 FÉVRIER**

**Part'âges**

## *Créez votre jardin zen*

L'ART DU JARDIN JAPONAIS

Un voyage au Japon, entre détente et plaisirs gustatifs, c'est l'idée de cet atelier. Composer votre jardin zen miniature composé de sable, de pierres et de plantes. Un moment de créativité pour créer un petit espace de sérénité. Un goûter japonais sera proposé pour prolonger l'expérience au pays du Soleil Levant.

**RDV : Salle Roquépine de 14h à 16h**

**Tarif : 12,50 €**

**MARDI 25 FÉVRIER**

**Part'âges**

## *Peinture sur céramique*

EXPRIMEZ VOTRE CRÉATIVITÉ

Libérez votre imagination grâce à un atelier de peinture sur céramique et personnalisez votre pièce avec des motifs uniques. Laissez-vous guider par cette expérience artistique et donnez vie à un vase original ! Un moment de détente et de créativité à partager.

**RDV : Salle de l'Orangerie de 14h à 16h**

**Tarif : 10 €**



**VENDREDI 28 FÉVRIER**

## *L'énigme des dingbats*

UN DÉFI VISUEL

Part'âges

Une activité dingbats pour stimuler votre esprit et vos réflexes ! Ce jeu d'énigmes visuelles vous invite à décoder des illustrations amusantes, un mot ou une phrase. Un moment ludique et stimulant, idéal pour se challenger tout en s'amusant.

**Lieu : Salle Roquépine de 14h à 16h**

**Entrée libre sur inscription**

## Inscription mars 2025

Les inscriptions pour les activités « Part'âges » et sorties du service Animation Seniors du mois de février ouvrent le 4 février à partir de 14h en salle des mariages.



**MARDI 4 MARS**

Part'âges

## *Composition florale*

CRÉEZ DES ARRANGEMENTS FLORAUX

Venez créer votre propre composition florale grâce à cet atelier. Apprenez à assembler différents éléments pour créer des arrangements personnalisés. Un moment relaxant et inspirant,

parfait pour exprimer votre talent et repartir avec votre création unique.

**Lieu : Salle Roquépine de 14h à 16h**

**Tarif : 20 €**

**JEUDI 6 ET 7 MARS**

## *Escapade à Forges-Les-Eaux*

DÉTENTE ET LOISIRS

Profiter d'une escapade de deux jours à la station thermale de Forges-les-Eaux. Au cœur de la Normandie, vous pourrez vous détendre et profiter de nombreuses animations avec au programme : initiation au golf, moments de relaxations dans la piscine, le hammam et le jacuzzi, et une soirée animée au casino. Une parenthèse idéale pour aller loisirs, bien-être et convivialité dans un cadre apaisant.

**RDV : 7h45 au Parvis de l'Hôtel de Ville -  
Retour prévu vers 18h30**

**Tarif : 193 €**

**Ce prix comprend :**

**Le transport en car aller-retour**

**Hébergement : hôtel Domaine de Forges 4\***

**Les repas du déjeuner au 6 mars au  
déjeuner du 7 mars (boissons incluses)**

**L'initiation au golf**

**MARDI 11 MARS**

## *Atelier bien-être*

Part'âges



UN MOMENT POUR SOI

Offrez-vous une parenthèse de bien-être avec un atelier dédié à la relaxation et à l'harmonie. Vous bénéficierez de soins adaptés avec des gestes d'automassages : massage crânien, détendre le cou et les mains ou encore soulager les articulations... Grâce à différentes pratiques simples et efficaces, vous pourrez retrouver sérénité et confort. Des conseils pour la réalisation de crèmes seront également au rendez-vous.

**Deux ateliers au choix**

**De 10h30 à 11h30 et de 14h30 à 15h30**

**Lieu : Salle de l'Orangerie**

**Tarif : 5 €**

Part'âges

**VENDREDI 14 MARS**

## *Atelier décoration de cupcakes*

CRÉATIVITÉ ET GOURMANDISE



Cet atelier de décoration vous invite à exprimer votre créativité tout en profitant d'un moment de détente et de partage. Des toppings gourmands, des glaçages colorés et des décorations pétillantes pour rendre vos cupcakes uniques et à votre goût. De quoi faire le plein d'idées pour ensuite régaler vos proches !

**RDV : Salle de l'Orangerie de 14h à 16h**

**Tarif : 7,5 €**

**JEUDI 18 MARS**

## *Atelier décoration*

Part'âges

UNE TOUCHE DÉCO POUR VOTRE INTÉRIEUR

Couleurs, motifs et créativité se mêlent dans cet atelier de décoration pour transformer une simple boîte à mouchoirs en un objet unique et esthétique. Un moment créatif pour exprimer votre style et apporter une note originale à votre intérieur.

**RDV : Salle Roquépine de 14h à 16h**

**Tarif : 7,5 €**

**JEUDI 20 MARS**

## *Découverte de l'atelier de Rosa Bonheur*

DANS L'UNIVERS D'UNE ARTISTE PIONNIÈRE

Le château de Rosa Bonheur, lieu emblématique de l'artiste, vous invite à découvrir son histoire, son art et son lieu de vie. Explorez ses ateliers aménagés comme à l'époque où elle les fréquentait et plongez dans l'univers de cette grande peintre. La visite se poursuivra par un déjeuner au château, une belle occasion de prolonger cette immersion dans l'histoire de Rosa Bonheur.

**RDV : Sur le Parvis de l'Hôtel de Ville à 7h30 (retour prévu vers 17h30)**

**Tarif : 61 €**

**Déjeuner : entrée, plat, dessert et boissons comprises**

**Cette visite comporte des temps de station debout et de marche**

**VENDREDI 21 MARS**

## *Séance de cinéma*

Part'âges

L'UNIVERS DE LA PRINCESSE GRACE DE MONACO

« Grace de Monaco » d'Olivier Dahan dépeint l'histoire fascinante de Grace Kelly, icône de cinéma devenue princesse. Ce biopic vous plonge dans les années 60, entre glamour et enjeux politiques, et dévoile les défis et sacrifices de cette femme. Une projection captivante pour revivre l'histoire d'une vie entre amour, devoir et aspirations personnelles.

**Lieu : Salle des mariages à 14h**

**Durée du film : 1h43**

**Entrée libre sur inscription au service Animation Seniors**



**VENDREDI 28 MARS**

## *Quiz le droit des femmes*

Part'âges

HISTOIRE DES LUTTES ET AVANCÉES FÉMINISTES

Apprendre tout en s'amusant, voilà un beau défi pour ce quiz sur celles qui ont marqué l'Histoire et fait avancer le droit des femmes. Questions variées et échanges vous permettront de mieux comprendre les luttes et les victoires qui ont façonné le parcours des femmes dans le monde. La meilleure équipe sera récompensée et un goûter viendra conclure ce moment ludique.

**Lieu : Salle Roquépine de 14h à 17h**

**Entrée libre sur inscription au service Animation Seniors**



# *Rendez-vous* **Seniors**

SERVICE ANIMATION SENIORS

Hôtel de Ville

2 avenue du Général de Gaulle  
95230 Soisy-sous-Montmorency

 01 34 05 20 26



**Soisy**

SOUS-MONTMORENCY

[SOISY-SOUS-MONTMORENCY.FR](http://SOISY-SOUS-MONTMORENCY.FR)

