Salle Léo Ferré 65 avenue du président Franklin Roosevelt

CHANSONS ET POÉSIES

Lyse Bonneville, poétesse et chanteuse, vous propose un récital chanson et poésie. Elle y interprétera ses propres compositions et rendra également hommage à de grands auteurs de la chanson française (Ferrat, Ferré, Barbara, Aznavour, Nougaro, etc...). À la fin de ce récital, Lyse dédicacera son dernier recueil Murmures d'étoiles. Le public pourra, à la fin du récital, lors d'une scène ouverte, lire ses propres poèmes ou des textes d'auteurs connus.

Conférence / Atelier

GRATUIT

1ère séance : JEUDI 24 MARS

14h

Foyer Gabriel Chauvet 15 rue de L'Adjudant-Chef Dericbourg

MARCHER C'EST LE PIED!

Les ateliers D-Marche vous proposent un programme, créé scientifiquement, pour augmenter durablement votre nombre de pas au quotidien (une conférence / 5 ateliers/ podomètre offert).

Marcher, c'est bon pour la santé et pour le moral!

Détail du programme lors de la conférence. Financé par le PRIF pour un groupe de 10 personnes.

Ateliers

GRATUIT

À SUIVRE DEPUIS CHEZ VOUS*

_

* En visio conférence (sur internet)

HAPPYVISIO

Participez, de chez vous, à un atelier convivial et gratuit, c'est facile. Différents ateliers vous sont proposés : Bien sur Internet, mémoire...

Rdv sur le site : happyvisio.com et inscrivez-vous avec le code : PRIF. Financé par le PRIF.

Nous vous invitons à [re]-découvrir nos ateliers!

PRIM'FORME

Mardi: 9h15 > gymnase Marcel Paul (au programme: renforcement musculaire adapté à chaque participant, détente et relaxation et/ou stretching)

GYMÉQUILIBRE

Mardi: 10h30 > gymnase Marcel Paul

ARTS PLASTIQUES

Lundi: 10h-16h30 > vendredi: 10h-12h > foyer Gabriel Chauvet

CHANSONS

Mardi: 14h30-17h > salle Simone de Beauvoir

Pour tous nos ateliers, une séance découverte gratuite

Inscriptions / renseignements: 01 45 60 18 93

Les inscriptions sont obligatoires pour participer aux sorties et aux ateliers.

Vous avez une adresse mail?	Pensez à nous la communiquer !
Nom:	Prénom:
Mail:	@



INSCRIPTIONS

À PARTIR DU 5 JANVIER 2023

FOYER GABRIEL CHAUVET

15 RUE DE L'ADJUDANT-CHEF DERICBOURG Tél: 01 46 75 91 29 (14h / 15h)

SERVICE RETRAITÉS SANTÉ-HANDICAP

88 AVENUE DU GÉNÉRAL DE GAULLE Tél: 01 45 60 18 93



Mail: retraitesantehandicap@ville-chevilly-larue.fr

SUIVEZ LE GUIDE

Retrouvez les informations sur le site ville-chevilly-larue.fr et dans le magazine municipal

Atelier informatique

GRATUIT

TOUS LES VENDREDIS

14h

Foyer Gabriel Chauvet 15 rue de L'Adjudant-Chef Dericbourg

CONVIVIALI'THÉ NUMÉRIQUE

Venez poser vos questions sur le numérique autour d'une tasse de thé! L'association Kocoya ThinkLab vous propose d'échanger dans la convivialité sur les questions que vous vous posez concernant l'utilisation de vos outils (ordinateur portable, smartphone, tablette), sur la sécurité en ligne, comment trier ses photos, scanner un QR code, mettre le GPS sur son téléphone... (niveau avancé). Un jeune formateur animera ces moments d'échange et vous apportera son regard d'utilisateur averti.

Inscription obligatoire au 01 46 75 91 29 / groupe de 5 personnes

Atelier

GRATUIT

1ère séance: MARDI 17 JANVIER

10h

Salle Simone de Beauvoir 1 voie de Rungis

LE BIEN ÊTRE PAR LA SOPHROLOGIE

La sophrologie repose sur le principe que "toute action positive dirigée vers notre corps ou notre mental a une répercussion positive sur notre être tout entier". Elle cherche à rétablir l'équilibre intérieur en harmonisant le corps, l'esprit et les émotions. C'est une méthode simple et accessible à tous, à partir d'exercices de respiration, de relâchements corporels et de la visualisation.

Atelier animé par BrainUp en 7 séances de 1h30 les mardis jusqu'au 28 février

Financé par la conférence des financeurs du Val de Marne pour un groupe de 10 personnes

Atelier

GRATUIT

1ère séance : MERCREDI 18 JANVIER

14h

Foyer Gabriel Chauvet 15 rue de l'Adjudant-chef Dericbourg

ATELIER MÉMOIRE

Un atelier, animé par une neuropsychologue, qui, au travers d'exercices attractifs et motivants, améliorera votre mémoire au quotidien. En 10 séances les mercredis jusqu'au 12 avril.

Financé par le PRIF pour un groupe de 10 personnes.

Cin'échange

4 €

MARDI 24 JANVIER

14h30

Théâtre André Malraux 102 avenue du Général de Gaulle

CHŒUR DE ROCKERS

Comédie musicale d'Ida Techer et Luc Bricault

Alex, chanteuse dont la carrière peine à décoller, accepte un drôle de job : faire chanter des comptines à une chorale de retraités. Elle découvre un groupe de séniors ingérables qui ne rêve que d'une chose, chanter du rock ! La mission d'Alex va s'avérer plus compliquée que prévu avec la plus improbable des chorales...

Exposition / Visite guidée

10 €

MARDI 24 JANVIER

15h

Musée Carnavalet 23 rue de Sévigné Paris 3^e

PARISIENNES CITOYENNES!

Le musée Carnavalet vous propose une véritable plongée dans l'histoire de l'émancipation des femmes, à travers l'Histoire de France. "Parisiennes citoyennes !" expose chronologiquement la lutte des Françaises, grâce à des figures célèbres comme Olympe de Gouges ou Gisèle Halimi, mais aussi de nombreuses anonymes.

Ouiz

GRATUIT

MERCREDI 8 FÉVRIER

14h

Foyer Gabriel Chauvet 15 rue de l'Adjudant-chef Dericbourg

FÊTE DE LA CHANDELEUR / QUIZ

Pensez-vous être incollable sur les desserts ? Venez tester vos connaissances tout en dégustant une crêpe.

Visite guidée

10 €

LUNDI 13 FÉVRIER

14h

62 boulevard Haussmann Paris 9e

COULISSES DU PRINTEMPS HAUSSMANN

Ce parcours guidé vous emmène pour la première fois dans les coulisses du Printemps, des souterrains du Grand Magasin jusqu'au toit jardin et sa vue imprenable sur la capitale, en passant par la célèbre coupole Art déco.

Atelier

GRATUIT

1ère séance : LUNDI 13 MARS

14h

Salle Simone de Beauvoir 1 voie de Rungis

SOMMEIL "MIEUX LE COMPRENDRE, MIEUX LE GÉRER"

Certaines idées reçues ont la dent dure. Et pourtant il existe des solutions : mieux connaître son propre sommeil, adapter ses habitudes de vie et se faire confiance autant de pistes qui seront abordées dans cet atelier sommeil

Atelier animé par BrainUp en 4 séances de 1h30 les lundis jusqu'au 3 avril.

Financé par la conférence des financeurs du Val-de-Marne pour un groupe de 10 personnes

Conférence

GRATUIT

MARDI 14 MARS

14h

Foyer Gabriel Chauvet 15 rue de L'Adjudant-Chef Dericbourg

SUCCESSION. HÉRITAGE COMMENT LES PRÉPARER?

Cette conférence animée par Maître Vignes vous permettra d'avoir des informations sur les démarches à entreprendre pour assurer votre succession dans les meilleures conditions possibles.

Exposition / Visite guidée

10

VENDREDI 17 MARS

14h

Musée des Arts décoratifs 107 rue de Rivoli Paris 3e

ANNÉES 80. MODE, DESIGN ET GRAPHISME EN FRANCE

Le musée des Arts décoratifs célèbre les années 1980 à travers une grande exposition présentée dans la nef. 700 œuvres – objets, mobilier, silhouettes de mode, affiches, photographies, clips, pochettes de disques et fanzines – retracent cette époque frénétique synonyme d'éclectisme, où le postmodernisme ouvre tous les possibles artistiques.

Toute l'équipe vous souhaite une bonne année