



# LES RENDEZ-VOUS DE *La Gloriette*

JANVIER - MARS 2026

## UN PROGRAMME D'ACTIVITÉS VARIÉES

POUR LES SÉNIORS HERBLAYSIENS DE 60 ANS ET +  
CHAQUE SEMAINE DANS UNE AMBIANCE CONVIVIALE

PÔLE SÉNIORS



LA GLORIETTE



HERBLAY  
SUR-SEINE



# LES MARDIS CURIEUX

Animations culturelles, jeux, conférences... Tous les mardis, de 14h à 16h. **INSCRIPTIONS :** à partir du 5 janvier par mail

## JEUX

### POST-IT « DEVINE TÊTE »

Un jeu drôle et dynamique où chacun tente de deviner le personnage collé sur son front, fous rires garantis !

**Mardi 6 janvier**

**Gratuit**

## CONFÉRENCE

### ÉMOTIONS : LES COMPRENDRE POUR MIEUX LES GERER

Savoir comment gérer son équilibre émotionnel pour vivre sereinement au quotidien.

**Mardi 13 janvier**

**Gratuit**

## ART CRÉATIF

### ATELIER PRISE EN MAIN DE SA MACHINE À COUDRE

Un atelier idéal pour apprivoiser votre machine à coudre en toute simplicité et repartir avec l'envie de créer sans limites !

**Mardi 3 février**

**Gratuit - Munissez-vous de votre machine et sa notice**

## THÉÂTRE

### LES SÉNIORS ONT DU TALENT

Découverte théâtrale avec Annick.

**Mardi 10 février**

**Gratuit**

## JEUX

### QUIZ CULTURE GÉNÉRALE

Un quiz vivant et convivial pour tester vos connaissances, apprendre en s'amusant et relever le défi.

**Mardi 24 février**

**Gratuit**

## CUISINE

### RECETTE SUCRÉE

Une délicieuse recette sucrée à préparer ensemble, suivie d'une dégustation.

**Mardi 3 mars**

**Gratuit**

## CONCOURS PHOTO

### PHOTOGRAPHIE

Venez apprendre quelques techniques pour faire la plus belle photo et remporter le concours.

Thématique à venir.

**Mardi 24 mars**

**Gratuit**

## ART CRÉATIF

### PÂQUES

Un moment créatif pour laisser libre cours à votre imagination et repartir avec vos propres réalisations.

**Mardi 31 mars**

**Inscription à La Gloriette du 24 au 27 mars**

**Participation max : 6,65€**



# LES P'TITS PLUS DU MERCREDI

Activités créatives ou intergénérationnelles, tous les mercredis, de 14h à 16h. **INSCRIPTIONS** : à partir du 5 janvier par mail

## 100% LOGIQUE

### PARTAGE

Un après-midi chaleureux à partager avec les enfants de l'association AJIR, pour vivre un moment joyeux et enrichissant.

**Mercredi 7 janvier**

€ **Gratuit**

## JEUX

### QUIZ MUSICAL

Un quiz musical entraînant, animé par Anaïs et Fatou (service civique), pour tester vos oreilles, chanter, rire et passer un super moment ensemble.

**Mercredi 14 janvier**

€ **Gratuit**

## CINÉMA

### CHŒURS DE ROCKEURS

Un moment convivial à partager autour de ce film pour vibrer, sourire et se laisser emporter par son énergie.

**Mercredi 28 janvier**

€ **Gratuit**

## INTERGÉNÉRATIONNEL

### LOTO-CRÊPES

Un après-midi gourmand et ludique autour d'un loto-crêpes, partagé avec les enfants de l'association AJIR.

**Mercredi 4 février**

€ **Gratuit**

## ART CRÉATIF

### SAINT-VALENTIN

Un atelier spécial Saint-Valentin pour créer une carte pleine d'amour et dire « Je t'aime » à ceux qui comptent : amis, enfants, petits-enfants...

**Mercredi 11 février**

€ **Gratuit**

## INTERGÉNÉRATIONNEL

### D'HIER ET D'AUJOURD'HUI

Un échange ludique et intergénérationnel où vous apporterez vos objets d'hier (appareil photo, téléphone, fer à repasser...), et les enfants de l'accueil de loisirs Les Acacias apporteront ceux d'aujourd'hui. Pour comparer, découvrir et partager un moment complice avec les enfants.

**Mercredi 18 février**

€ **Gratuit**

## CINÉMA

### L'ASCENSION

Un moment à partager autour du film *L'Ascension*, pour profiter d'une séance pleine d'émotion et de bonne humeur.

**Mercredi 25 février**

€ **Gratuit**



## JEUX GÉANTS EN BOIS

Un moment convivial autour de grands jeux en bois pour s'amuser, coopérer et retomber en enfance.

**Mercredi 4 mars**

 **Gratuit**

## JEUX P'TIT BAC

Un jeu rapide et amusant pour stimuler votre imagination et défier vos amis.

**Mercredi 11 mars**

 **Gratuit**

## FÊTE KARAOKÉ DANSANT

Pour chanter, bouger et partager un moment festif et plein d'énergie.

**Mercredi 18 mars**

 **Gratuit**

## CINÉMA C'EST QUOI CETTE MAMIE

Un film pour rire et se détendre.

**Mercredi 25 mars**

 **Gratuit**



## LES VENDREDIS DÉTENTE

Jeux libres, échanges, papotages...

14h-15h30 - Entrée libre

## CONTACT

### PÔLE SÉNIORS

29 rue de Pontoise - 01 30 40 48 07

[ris@herblay.fr](mailto:ris@herblay.fr)

- Mardi : 9h-12h30 / 14h-17h
- Mercredi-Jeudi : 9h-12h / 14h-17h
- Vendredi : 9h-12h30 / 14h-16h