

PARTAGER POUR MIEUX VIEILLIR !



PARTICIPATION ET INSCRIPTIONS

Une participation de 25 € vous permet de vous inscrire à l'ensemble des ateliers pour l'année 2026.



Renseignements et inscriptions à partir du 12 janvier 2026



Mairie des Noës-près-Troyes



03 25 74 59 69



Information R.G.P.D. (Règlement Général sur la Protection des Données)

Vos données à caractère personnel sont collectées dans le cadre des ateliers seniors organisés par le CCAS de la ville de Les Noës-près-Troyes. Les formulaires papier seront stockés dans un local sécurisé. Les données informatiques seront enregistrées et stockées sur un serveur sécurisé, appartenant à la collectivité, dans un dossier informatisé uniquement accessible au personnel en charge du C.C.A.S.. Ces informations seront conservées pendant 1 an. La base juridique du traitement est le consentement. Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (R.G.P.D.) UE 2016/679 du Parlement Européen et du Conseil du 27 avril 2016, vous pouvez exercer vos droits (accès, rectification, effacement, limitation du traitement, portabilité, retrait du consentement) en contactant le Délégué à la Protection des Données, CDG 10, Rond-Point Winston Churchill - 10300 Sainte Savine ou dpo@cdg10.fr ou en introduisant une réclamation auprès de la CNIL (www.cnil.fr).



ATELIERS ET ACTIVITÉS RÉSERVÉS
AUX NOYATS DE 62 ANS ET PLUS

LES ATELIERS

PILATES



Lisa Gouin



Les **lundis** à partir du **05 janvier** de **13h à 14h**



Salle P. Rat



(prévoir tapis de sol)



TAÏSO



Jean-Marc Bertuzzi



Les **mardis** à partir du **06 janvier**
de **14h à 15h30**



Dojo P. Rat



MÉMOIRE-THÉÂTRE



Cédric Durand



Les **mercredis** à partir du **07 janvier** de **10h à 11h30**



Salle R.Dujeancourt



Mémoire, détente et expression corporelle

GYMNASTIQUE DOUCE



Stéphane Royer



Les **jeudis** à partir du **08 janvier** de
9h45 à 11h15



Salle P. Rat



DANSE AFRICAINE



Perculova



Les **1er , 2ème et 3ème jeudis** à partir
du **08 janvier** de **17h30 à 18h30**



Espace Bel Air



SOPHROLOGIE



Fleur Gublin



Un **vendredi** par mois à partir du **16 janvier**
de **10h à 11h**



Espace Bel Air



LES ATELIERS

BIEN-ÊTRE, MESSAGES & RÉFLEXOLOGIE



Marie-Luce Rouvreau



Un **mardi** et **jeudi matin** par mois à partir du **10 février** de **10h à 12h**



Salle I. Ormancey



Rendez-vous individuels de 30 mn avec une Gériatopraticienne

CUISINE EUROPÉENNE & INTERGÉNÉRATIONNELLE



Naoual



Les mercredis **18 mars, 17 juin, 30 septembre, 18 novembre** de **14h15 à 17h15**



Espace Bel Air



Les mercredis partagés avec l'accueil de loisirs

APRÈS-MIDI PAUSE-CAFÉ



Nadine ou Karine



Le dernier **jeudi** du mois à partir du **29 janvier** de **14h à 17h**



Espace Bel Air



Jeux, tricot et moments de partage



CYCLE DE CONFÉRENCES



Docteur Jean-Paul Hurdebourcq



2 dates à définir



Espace Bel Air



Le sommeil chez les seniors , la vaccination chez les seniors



ASEPT - Parcours Cap bien-être



5 séances de 3 h (14h30 - 17h30)
les lundis 09, 16, 23 et 30/03 et le lundi 27/04



Espace Bel Air



Apprendre à mieux gérer son stress et ses émotions.
Parcours visant des personnes de plus de 55 ans
(12 personnes maximum)

LES ATELIERS

LES ATELIERS MANUELS



LES ATELIERS DE CORENTINE - ATELIER BIEN-ÊTRE SENIORS



Les **mardis** 03 mars, 05 mai, 1 décembre
de 10h à 12h



Espace Bel Air



LES ATELIERS DES BARBOTINES - ATELIER DO IT YOUR SELF



Les **mardis** 03 février, 2 juin,
3 novembre de 10h à 12h



Espace Bel Air



EXPÉRIENCE TERRE -ATELIER TERRE & CÉRAMIQUE



Les **mardis** 13 janvier, 7 avril, 06 octobre de
10h à 12h



Espace Bel Air



SENIORS EN BALADE, AU FIL DE L'EAU (UN APERÇU)

VACANCES SCOLAIRES

- Sorties intergénérationnelles avec les accueils de loisirs
- Randonnées pédestres dans l'aube (date à définir).

MAI

- Soirée bowling : date et tarif à confirmer

JUILLET

- Un séjour intergénérationnel avec des 9 -11 ans.

OCTOBRE

- 4 octobre : DÉJEUNER DES AÎNÉS 70 ans et plus ! Salle P.Rat (inscription en mairie), dates à confirmer.
- La semaine bleue : du 05 au 09 octobre (à reconfirmer)

NOVEMBRE

- 19 Novembre : Soirée festive

DÉCEMBRE

- 3 Décembre COLIS DE NOËL pour les seniors de 70 ans et plus !