

# FÉVRIER 2026

DATE	MATIN	APRES-MIDI
Lundi 2 février	<p><b>Inscription à l'agenda des seniors du mois de janvier</b>            A la maison des seniors            A partir de 9h30  <b>Inscription obligatoire</b></p> <p><b>Pas Atelier danse adaptée coordination du corps et du mental</b></p>	<p><b>Atelier mandala Maison des seniors</b>            De 14h à 15h30            12 places  <b>Inscription Obligatoire</b></p>
Mardi 3 février	<p><b>Préventions des chutes</b> avec Elodie Educatrice Sportive de Cuers            A la maison des seniors            10H15 - 11H15            10 places  <b>Inscription obligatoire</b></p>	<p><b>Atelier aquarelle (débutant)</b> en Co animation avec Emma «seniors de Cuers »            Maison des seniors            14h00 à 16h00            10 places  <b>Inscription obligatoire</b></p>
Mercredi 4 février	<p><b>Atelier créatifs de Scrabooking</b>            (Créations de cartes diverses, objets en papier (marques-pages, enveloppes cadeaux, carnets, masques carnaval ...)            En partenariat avec l'association UMANE 254, rue Jean François Siri            10h00 – 12h00            4 PLACES            10 places  <b>Inscription obligatoire</b></p>	<p><b>Atelier tricot</b>            (Ramener son propre matériel :            14h00 – 16h00            10 places  <b>Inscription obligatoire</b></p>
Jeudi 5 février	<p><b>Atelier Gym renforcement musculaire</b> en collaboration avec le service sport de la ville Educateur sportive Elodie            Au Gymnase Paul Rocofort (salle des miroirs)            9h00 - 10h00            Inscription obligatoire</p>	<p><b>ATELIER BRACELET</b>            PRESENTATION DU PROJET            En co-animation Avec Josiane habitante de CUERS            14H00 à 15h00  <b>Inscription obligatoire</b></p>

# MAISON DES SENIORS

	<p>Ou</p> <p><b>Attention en remplacement du lundi 2 février</b></p> <p><b>Atelier danse adaptée coordination du corps et du mental</b></p> <p>Séance 9/10 10h00 à 11h30 Maison des Séniors 15 places <b>Inscription obligatoire</b></p>	
Vendredi 6 février	<p><b>Atelier gym sur chaise</b></p> <p>10h15 – 10h50 : groupe 1 10h55-11h40 : groupe 2 12 places/par groupe Maison des seniors <b>Inscription obligatoire</b></p> <p>Ou</p> <p><b>REPETITION POUR LE PROJET (Cuers en scène, le talent n'a pas d'âge)</b>, en intergénérationnel, EHPAD et la Maison des seniors LES CAPUCINES Rdv 09H45 début de la répétition 10h00 <b>Inscription obligatoire</b></p>	
Lundi 9 février	<p><b>Atelier danse adaptée coordination du corps et du mental</b></p> <p>Séance 10/10 Horaire 10h00 à 11h30 Gratuit Maison des Séniors 15 places <b>Inscription obligatoire</b></p>	<p><b>Atelier mandala</b></p> <p>Maison des seniors De 14h à 15h30 12 places <b>Inscription Obligatoire</b></p>

# MAISON DES SENIORS

<b>Mardi 10 février</b>		<p><b>Pas d'Atelier aquarelle</b></p> <p><b>Voyage à travers le casque virtuel</b> EHPAD les Capucines</p> <p>Rdv 14h15 début de la séance 14h30</p> <p>5 places</p> <p><b>Inscription Obligatoire</b></p>
<b>Mercredi 11 février</b>		<p><b>Après-midi dansant spécial Mardi Gras</b> : venez passer un moment convivial, déguisés ou simplement avec un masque.</p> <p>Lors de votre inscription, merci d'indiquer la denrée alimentaire que vous apporterez (crêpes, confiture, sucreries, pâte à tartiner, boissons).</p> <p>Pôle Culture. 14h00</p> <p><b>Inscription obligatoire</b></p>
<b>Jeudi 12 février</b>	<p><b>Atelier Gym renforcement musculaire</b> en collaboration avec le service sport de la ville</p> <p>Educateur sportive Elodie</p> <p>Au Gymnase Paul Rocofort (salle des miroirs)</p> <p>9h00 - 10h00</p> <p><b>Inscription obligatoire</b></p>	<p><b>Atelier tricot</b> En Co-animation avec Françoise et Monique</p> <p>14h00 – 16h00</p> <p>10 places</p> <p><b>Inscription obligatoire</b></p>
<b>Vendredi 13 février</b>	<p><b>Atelier gym sur chaise</b></p> <p>10h15 – 10h50 : groupe 1 10h55-11h40 : groupe 2 12 places/par groupe</p> <p>Maison des seniors</p> <p><b>Inscription obligatoire</b></p>	<p>Venez écoutez des chansons italiennes</p> <p>Aux genêts pour la fête de la Saint Valentin.</p> <p>Rdv 14H15</p> <p>Début du spectacle 14H30</p>
<b>Lundi 16 février</b>		<p><b>Atelier mandala,</b></p> <p><b>Pas d'Atelier</b></p>
<b>Mardi 17 février</b>	<b>Prévention des chutes</b> <b>Pas de séances</b>	
<b>Mercredi 18 février</b>		



Jeudi 19 février	Atelier Gym renforcement musculaire <b>-PAS DE SEANCE</b>	
Vendredi 20 février	Atelier gym sur chaise <b>Pas de séance</b>	
Lundi 23 février		Atelier mandala  <b>Pas d'Atelier</b>
Mardi 24 février		<b>Pas d'Atelier</b>
Mercredi 25 février		
Jeudi 26 février	Atelier Gym renforcement musculaire <b>pas de seance</b>	
Vendredi 27 février	Atelier gym sur chaise <b>Pas de séance</b>	

*Accessible à toutes et tous* ■

*Parcours avec escaliers, pentes, piétonnement* ■

*Destiné aux bon.ne.s marcheur.ses* ■