

Les RENDEZ-VOUS du Café Relais

MARDIS & VENDREDIS 11h30 > 17h

JEUDIS 13h30 > 17h



Octobre 2024

Université Polytechnique - Hauts-de-France / Campus les Tertiales - Rue des cent têtes à Valenciennes

Mardi 1^{er} octobre • 14h > 15h

"Les RV du Bien Être"

QI GONG

Proposé par Mickaël

Mercredi 2 octobre • 14h30 > 15h30

"Yoga du rire"

Jeudi 3 octobre • 14h > 16h

"L'Atelier d'art"

Découvrez une multitude de techniques artistiques pour tout niveaux : dessin, peinture, sculpture, gravure... En lien avec les collections du Musée et l'art contemporain - Proposé par Gauthier
Sur inscription

Vendredi 4 octobre • 14h > 16h

QUIZZ MUSICAL

Animé par Clovis DRECOURT

De nombreux lots sont à gagner !

Mardi 8 octobre • 14h30 > 15h30

Sophrologie

Proposée par Géraldine

Sur inscription

Jeudi 10 octobre • 14h30 > 16h30

"Art expressif : cultivez une connexion authentique avec vous-mêmes, tout en libérant votre créativité"

Proposé par Lise Créa

Vendredi 11 octobre • 13h45 > 16h45

"Jeux de société"

Venez partager un moment convivial !

Lundi 14 octobre • 14h30 > 15h30

"Les RV du Bien Être"

Temps de détente, relaxation, moment de pleine conscience. - Proposé par Hélène
Sur inscription

Mardi 15 octobre • 14h > 17h

**FERMETURE DU CAFÉ RELAIS
SEMAINE BLEUE**

RDV au Complexe sportif Chasse Royale pour les OLYMPI'AGES avec Eric KOLOKO - Circuit sportif, lots et convivialité

Jeudi 17 octobre • 14h30 > 16h30

"Art expressif : cultivez une connexion authentique avec vous-mêmes, tout en libérant votre créativité"

Proposé par Lise Créa

Vendredi 18 octobre • 15h > 16h

YOGA - Avec Pauline

Jeudi 24 octobre • 14h30 > 16h30

Georges BIRON présente

"Si Valenciennes m'était conté..."

Accompagné de Christine YACKX

Vendredi 25 octobre • 13h45 > 16h45

"Jeux de société"

Venez partager un moment convivial !

+ d'infos :

06.13.81.83.27 et/ou 06.30.52.90.39

polesenior@ville-valenciennes.fr