



SEPT. 2025

MARDIS & VENDREDIS 12h > 17h

JEUDIS 13h30 > 17h

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

>> MARDI 2 SEPTEMBRE • 14H >> 15H

"MA BULLE DE BIEN ÊTRE"

QI QONG • Proposé par Michaël

Inscription obligatoire

>> JEUDI 4 SEPTEMBRE • 14H >> 16H

"L'ATELIER D'ART"

LE MUSÉE HORS LES MURS

Découvrez une multitude de techniques artistiques

pour tous niveaux • *Proposé par Carine*

Inscription obligatoire

>> VENDREDI 5 SEPTEMBRE • 13H45 >> 16H45

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

>> MARDI 9 SEPTEMBRE • 14H >> 15H

"MA BULLE DE BIEN ÊTRE"

RELAXATION

Temps de détente, relaxation, moment de pleine

conscience. • *Proposé par Hélène*

Inscription obligatoire

>> JEUDI 11 SEPTEMBRE • 14H30 >> 15H45

EXPRESSION CORPORELLE BIEN-ÊTRE

• *Proposé par Aurélie*

Inscription obligatoire

>> VENDREDI 12 SEPTEMBRE • 13H45 >> 16H45

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

>> MARDI 16 SEPTEMBRE • 14H

PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION

"ATMOSPHERES" & DU FESTIVAL DU CINÉMA

• *Proposé par Camille Kitten*

Inscription obligatoire

>> JEUDI 18 SEPTEMBRE • 14H30 >> 16H30

"MON INSTANT ZEN"

YOGA DU RIRE

• *Proposé par Anne*

Inscription obligatoire

>> VENDREDI 19 SEPTEMBRE • 13H45 >> 16H45

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

>> JEUDI 25 SEPTEMBRE • 14H >> 16H

"L'ATELIER D'ART"

LE MUSÉE HORS LES MURS

Découvrez une multitude de techniques artistiques

pour tous niveaux • *Proposé par Carine*

Inscription obligatoire

>> VENDREDI 26 SEPTEMBRE • 13H45 >> 16H45

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

>> MARDI 30 SEPTEMBRE • 14H30 >> 16H

"CHRISTINE RACONTE..."

"JE VOUS SALUE, ISIS"

• *Proposé par Georges Biron*

+ d'infos :

06.13.81.83.27 et/ou 06.30.52.90.39

polesenior@ville-valenciennes.fr