

Avril 2026



Rencontre, Entraide, Lien, Accueil, Inclusion numérique et Soutien.

Les RDV du Café Relais

MARDIS & VENDREDIS 12H >> 17H
JEUDIS 13H30 >> 17H



> valenciennes.fr



Avril 2026



Rencontre, Entraide, Lien, Accueil, Inclusion numérique et Soutien.

Les RDV du Café Relais

MARDIS & VENDREDIS 12H >> 17H
JEUDIS 13H30 >> 17H



> valenciennes.fr



"L'ATELIER D'ART"

LE MUSÉE HORS LES MURS

Découvrez une multitude de techniques artistiques pour tous niveaux.

JEUDI 2 AVRIL • 14H >> 16H

Proposé par Carine

Inscription obligatoire

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

VENDREDI 3 AVRIL • 13H45 >> 16H45

"MA BULLE DE BIEN-ÊTRE"

QI QONG

MARDI 7 AVRIL • 14H >> 15H

Proposé par Michaël

Inscription obligatoire

"MA BULLE DE BIEN-ÊTRE"

RELAXATION

Temps de détente, relaxation, moment de pleine conscience.

JEUDI 9 AVRIL • 14H >> 15H - 15H >> 16H

Proposé par Hélène

Inscription obligatoire

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

VENDREDI 10 AVRIL • 13H45 >> 16H45

"MON INSTANT ZEN"

PILATES

MARDI 21 AVRIL • 14H30 >> 15H30

Proposé par Cassandra

Inscription obligatoire

"L'ATELIER D'ART"

LE MUSÉE HORS LES MURS

Découvrez une multitude de techniques artistiques pour tous niveaux.

JEUDI 23 AVRIL • 14H >> 16H

Proposé par Carine

Inscription obligatoire

"MA BULLE DE BIEN-ÊTRE"

SOPHROLOGIE

VENDREDI 24 AVRIL • 15H >> 16H15

Proposé par Sylvie Hennion

Inscription obligatoire

"CHRISTINE RACONTE..."

VOUS AVEZ DIT QUANTIQUE ?

MARDI 28 AVRIL • 14H >> 15H

Proposé par Georges Biron

UNIVERSITÉ POLYTECHNIQUE
HAUTS-DE-FRANCE / CAMPUS LES TERTIALES
rue des Cent Têtes, Valenciennes
FERMETURE UNIVERSITÉ : 13 AVRIL >> 17 AVRIL 2026

06.13.81.83.27 et/ou 06.30.52.93.39
> polesenior@ville-valenciennes.fr

"L'ATELIER D'ART"

LE MUSÉE HORS LES MURS

Découvrez une multitude de techniques artistiques pour tous niveaux.

JEUDI 2 AVRIL • 14H >> 16H

Proposé par Carine

Inscription obligatoire

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

VENDREDI 3 AVRIL • 13H45 >> 16H45

"MA BULLE DE BIEN-ÊTRE"

QI QONG

MARDI 7 AVRIL • 14H >> 15H

Proposé par Michaël

Inscription obligatoire

"MA BULLE DE BIEN-ÊTRE"

RELAXATION

Temps de détente, relaxation, moment de pleine conscience.

JEUDI 9 AVRIL • 14H >> 15H - 15H >> 16H

Proposé par Hélène

Inscription obligatoire

"ON JOUE !"

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société.

VENDREDI 10 AVRIL • 13H45 >> 16H45

"MON INSTANT ZEN"

PILATES

MARDI 21 AVRIL • 14H30 >> 15H30

Proposé par Cassandra

Inscription obligatoire

"L'ATELIER D'ART"

LE MUSÉE HORS LES MURS

Découvrez une multitude de techniques artistiques pour tous niveaux.

JEUDI 23 AVRIL • 14H >> 16H

Proposé par Carine

Inscription obligatoire

"MA BULLE DE BIEN-ÊTRE"

SOPHROLOGIE

VENDREDI 24 AVRIL • 15H >> 16H15

Proposé par Sylvie Hennion

Inscription obligatoire

"CHRISTINE RACONTE..."

VOUS AVEZ DIT QUANTIQUE ?

MARDI 28 AVRIL • 14H >> 15H

Proposé par Georges Biron

UNIVERSITÉ POLYTECHNIQUE
HAUTS-DE-FRANCE / CAMPUS LES TERTIALES
rue des Cent Têtes, Valenciennes
FERMETURE UNIVERSITÉ : 13 AVRIL >> 17 AVRIL 2026

06.13.81.83.27 et/ou 06.30.52.93.39
> polesenior@ville-valenciennes.fr