



PROGRAMME D'ACTIVITÉS POUR LES SENIORS

PROGRAMME MARS / AVRIL 2026



Vous pouvez vous retrouver à l'espace seniors «Les jours heureux» de La Douëra pour organiser en toute autonomie un goûter, ou vous divertir autour d'un jeu mis à votre disposition, ou simplement être ensemble et échanger.

Pour ces moments de convivialité, l'espace seniors est ouvert pour vous du mardi au vendredi de 14h à 18h à La Douëra (2ème étage avec ascenseur).

La Douëra 2 rue du Lion d'Or - Malzéville

La ville de Malzéville propose des sorties accompagnées et des activités organisées par Athéna Pantzos, animatrice municipale. Les sorties s'effectuent en petit groupe de 8 personnes et en véhicule de 9 places.

Inscription gratuite obligatoire auprès du CCAS au 03.83.29.92.23.

* Des participations financières seront sollicitées pour certaines sorties culturelles.

MARS 2026

Date	Horaires	Lieu	Activité
Lundi 2	14h30	La Douëra	Visite guidée de l'exposition Emile Friant
Mardi 3	14h	La Douëra	Atelier chant avec Mélanie Bergey
Jeudi 12	14h	La Douëra Les jours heureux	Rencontre avec les élèves de l'école de kiné sur les problématiques : audition, visuel et équilibre
Lundi 16	14h30	La Douëra Les jours heureux	Apprendre à jouer avec les jeux de société Azul et Linotte
Mardi 17	14h30	La Douëra	Atelier chant avec Mélanie Bergey
Jeudi 19	14h	La Douëra Les jours heureux	Initiation au jeu d'échecs
Lundi 23	14h	La Douëra Les jours heureux	Rencontre avec les élèves de l'école de kiné sur les problématiques : audition, visuel et équilibre
Jeudi 26	8h20	Départ bus de ville ligne 12 Douëra	Répétition générale de «Courage» à la salle Poirel de l'orchestre symphonique de Nancy
Jeudi 26	14h	La Douëra Les jours heureux	Atelier fabrication de personnage en bois et en fil de fer
Lundi 30	14h	La Douëra Les jours heureux	Atelier fabrication de personnage en bois et en fil de fer (suite)

AVRIL 2026

Date	Horaires	Lieu	Activité
Mardi 7	14h30	La Douëra	Atelier chant avec Mélanie Bergey
Jeudi 9	14h	Maison commune	Rencontre avec la CLCV sur la question : démarchage à domicile que faire ?
Lundi 13	14h	La Douëra Les jours heureux	Souvenirs, souvenirs... dictée et mot le plus long
Mercredi 15	8h45	Départ de la mairie en mini bus	Visite de la confiserie Perrin à Pont à Mousson. Restaurant chez Lulu à partir de 9,50€
Jeudi 16	13h	Départ de la mairie en mini bus	Sortie cinéma Kinépolis Film : Le voyage de Térésa Tarif +60 ans : 11,40€
Lundi 20	14h	La Douëra Les jours heureux	Atelier lecture à voix haute
Jeudi 23	13h50	Départ bus de ville ligne 12 Douëra	Visite de l'exposition «Nancy 1925» au musée des Beaux-Arts de Nancy Tarif : 5€ à partir de 65 ans
Lundi 27	14h	La Douëra Les jours heureux	Après-midi jeux en tout genre
Mardi 28	14h30	La Douëra	Atelier chant avec Mélanie Bergey
Jeudi 30	14h	La Douëra Les jours heureux	Projection d'un film suivi d'un goûter

Ateliers libres en autonomie

*
*
*
*
*
*

**La Douëra
Les jours heureux
14h à 17h**

*
*
*
*
*
*

**Mercredi : tricot
Vendredi : peinture
Apportez votre matériel**

