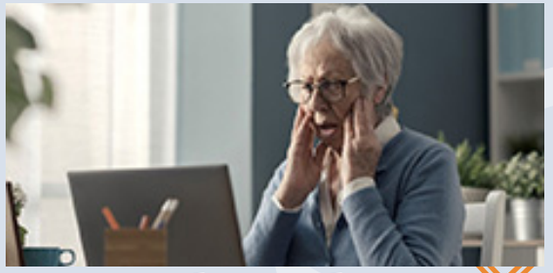

CONFÉRENCE DÉBAT SUR LA PRÉVENTION DES ACTES MALVEILLANTS

vendredi 4 octobre

Salle Atelier (derrière la Poste rue Aristide-Maillol) - De 10h30 à 12h.

Comment se prémunir des intrusions, démarchages abusifs ou arnaques ? Venez-vous informer et recueillir des conseils pratiques lors d'une conférence débat animée par notre Police Municipale et portant sur la prévention des actes malveillants. Conseils et astuces vous seront dispensés pour sécuriser votre domicile, prendre des précautions lors de vos déplacements, être sensibilisés aux démarchages abusifs et être informés sur les outils et ressources disponibles pour signaler les actes malveillants.

INITIATION À LA SALSA ET À LA BACHATA

vendredi 4 octobre

Salle René-Char - De 14h à 17h

Imprégnez-vous de l'ambiance ensoleillée des caraïbes ! Danses sensuelles, vivaces et voluptueuses, la salsa et la Bachata sont des danses originaires respectivement de Cuba et de la République Dominicaine.

Elles apportent leur lot de bonne humeur. Facile d'accès, elles s'adressent à tous les amateurs de danses sociales et populaires.

SPECTACLE « L'EXPÉRIENCE DE LA VIE » DE ANNE ROUMANOFF

dimanche 6 octobre

Centre Culturel Picasso- De 16h à 17h30

Maximum 80 personnes

L'Expérience de La vie ? C'est être une femme d'expérience ou être toujours en train d'expérimenter ?

Quand maturité rime avec curiosité, Anne Roumanoff porte dans ce nouveau spectacle un regard narquois et joyeux sur les grandes transformations de notre société : nouveau langage, nouveaux comportements, nouveaux métiers.

Un spectacle déconstruit par une femme expérimentée qui rêve de se reconstruire.

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

AUPRÈS DU SERVICE RETRAITÉS
CONTACT : 01 30 26 30 26

Ville de Montigny Lès Cormeilles

SEMAINE BLEUE

SEMAINE NATIONALE DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES

La Semaine Bleue

Ville de Montigny Lès Cormeilles

DU 30 SEPT. AU 6 OCT. 2024

Pré-inscriptions sur place ou par téléphone jusqu'au 27 septembre 2024

RÉUNION D'INFORMATION AVEC LA LIGUE POUR LA PROTECTION DES OISEAUX

Lundi 30 septembre 2024
Foyer club municipal - de 10h à 11h

Dans le cadre de l'ouverture à horizon 2025 de la ferme pédagogique et de la maison de la Nature, la ville de Montigny relaie la création et l'animation d'une antenne locale de la Ligue pour la Protection des Oiseaux (LPO) afin de vous proposer des ateliers conçus autour des enjeux écologiques et de la biodiversité. Pour créer l'antenne, l'objectif est de former des bénévoles adhérents aux valeurs environnementales et écologiques de la LPO au travers notamment de formations, des balades d'observation de la biodiversité à Montigny ou d'ateliers de création de nichoir et d'hôtels à insectes.

CAUSERIE MUSICALE SUR LA MUSIQUE CLASSIQUE AU CINÉMA

Lundi 30 septembre 2024
Espace Nelson-Mandela - De 14h30 à 16h30
Maximum 25 personnes

Nous vous proposons un après-midi de causerie musicale sur le thème de la « Musique Classique au cinéma ». Composante indissociable d'une œuvre cinématographique, la musique donne le ton et le rythme un film. Au travers d'extraits d'œuvres musicales intégrées dans d'illustres films, l'animateur vous présentera la vie de grands compositeurs, vous proposera d'échanger vos avis et ressentis et vous fera voyager dans les plus grandes musiques de films.

SÉANCE DE CINÉMA - FILM « KARAOKÉ »

mardi 1er octobre
Centre Culturel Picasso - De 14h30 à 16h

Comédie de Stéphane Ben Lahcene, durée de 1h30, avec Claudia Tagbo et Michèle Laroque.

Synopsis : Après une soirée pleine d'excès, Bénédicte, célèbre chanteuse d'opéra, voit sa carrière s'écrouler. Fatou, passionnée de karaoké, est la seule à lui tendre la main. Elle a une idée derrière la tête : convaincre Bénédicte de participer au grand concours national de karaoké. La parfaite maîtrise vocale de l'une et la ténacité de l'autre pourraient bien faire des étincelles et les amener très loin.

REPAS À THÈME & KARAKOÉ GÉANT

mercredi 2 octobre
Salle René-Char – de 12h à 18h
Maximum 120 personnes - (Tarif du repas en fonction du quotient)

Place à la gastronomie, à la danse et au chant en toute convivialité !
Au programme, un repas festif suivi d'un karaoké géant où tout le monde pourra participer et mettre l'ambiance, sur de célèbres tubes français et européens avec projection sur écran géant et animation par un DJ ! De quoi chanter et danser et passer une journée mémorable !

ATELIER BIEN-ÊTRE – YOGA DU RIRE

jeudi 3 octobre
Foyer club municipal – De 10h à 11h
Maximum 15 personnes

Faites-vous du bien, riez !
Le yoga du rire mêle, mêle rires et exercices de respiration.. Il permet d'apporter plus d'oxygène au corps et au cerveau tout en en libérant les fameuses hormones du bonheur appelées endorphines. Véritable méthode anti-stress, cette pratique collective déclenche des phénomènes hilarant et ultra bénéfiques. N'hésitez pas à nous rejoindre lors de cet atelier bien-être conçu pour vous détendre et vous amuser !