

L'Agirc-Arrco, en partenariat avec le CCAS, organise une journée bien-être dédiée aux seniors retraités, mardi 24 novembre.

Au programme :

Les molécules du plaisir et du bonheur
Conférence animée par Christophe Pavan, neuropsychologue - 9h30-11h
Découvrez les secrets chimiques du bonheur lors de notre conférence captivante, où nous explorerons comment les molécules de votre corps influencent votre bien-être. Nous vous donnerons des clés pour cultiver un sentiment de joie durable à l'âge d'or !

Yoga du Rire
Animé par Valérie Valera, professeure de Yoga du Rire - 11h15-12h15
Retrouvez votre joie de vivre et boostez votre bien-être naturellement avec le Yoga du Rire : une séance conviviale et énergisante pour seniors, où le rire devient votre allié santé !

Pour vivre heureux, vivons… sereins
Conférence animée par l'association *À la Découverte de l'Âge Libre* (ADAL) - 14h30-16h30
Retrouvez calme et confiance : notre conférence vous guidera vers une sérénité durable pour aborder l'avenir avec élan !

Repas partagé
12h30-14h15
Prenez le temps d'une pause conviviale : nous vous invitons à apporter le plat de votre choix pour enrichir ce moment d'échange. Des boissons ainsi que des petits fours salés et sucrés vous seront proposés.

- Mardi 24 novembre, 9h30-16h30
- Salle Mme Sans-Gêne (cour de la Ferme briarde)
- Gratuit
- Inscription indispensable au 01 60 28 10 43 ou directement à l'Espace Seniors (1 pl. Félicien-Henriot)

Date(s) pour cet événement

Mardi 24 novembre 2026 - 09:30 - 16:30
Ajouter au calendrier

- iCalendar [1]
- Outlook [1]
- Google [2]
- Yahoo [3]

Informations pratiques

Adresse: Espace Seniors
1 Place Félicien-Henriot
77340 Pontault-Combault
France
Horaires:
9h30-16h30

Carte : Hide/Display the map

Tarifs:
Gratuit

Contact:
01 60 28 10 43

Accessibilité au public: Visiteurs à mobilité réduite (avec ou sans accompagnateur)

Fermer

URL de la source (modifié le 27/10/2026 - 09:41): https://www.pontault-combault.fr/agenda/lage-dor-du-bonheur

Liens
[1] https://www.pontault-combault.fr/node/7308/field_date//0/addtocal.ics
[2] https://www.pontault-combault.fr/node/7308/field_date//0/addtocal-google
[3] https://www.pontault-combault.fr/node/7308/field_date//0/addtocal-yahoo