

Dans le bon tempo !

Nouveauté à la résidence Héloïse ! Depuis le mois de novembre, des cours de danses de salon sont proposés tous les vendredis.

En plus de passer de bons moments et d'apprendre les bases de plusieurs disciplines (tango, valse, rumba, rock...), les bienfaits sont nombreux pour les seniors. *"Ça fait travailler la mémoire, l'orientation dans l'espace et l'équilibre. Le lien social est également très important"*, liste Didier, professeur de l'[Association de danse sportive de Montmorency \(ADSM\)](#), qui dispense ces ateliers.

Les premiers cours ont déjà conquis les participants. *"On a beaucoup appris avec un professeur compétent et très sympathique, note Claudine. Il y a une excellente ambiance, nous reviendrons !"*

Vous aussi, laissez-vous tenter !



Adresse

Résidence Héloïse
11, avenue Charles-de-Gaulle
Montmorency
95160

Infos pratiques

- Tous les vendredis de 15h à 16h30 à la résidence Héloïse sauf le 1er de chaque mois : 10h-11h30)

- Le coût de l'inscription est pris en charge à 50% par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

Contact

Pour contacter le CCAS

17, avenue Charles-de-Gaulle

95160 Montmorency

Tél. : 01 34 17 60 99

Fax : 01 39 64 82 41

Mail : ccas@ville-montmorency.fr

Liens utiles

[Tout savoir sur la Résidence Héloïse](#)

[Les activités et les sorties pour les seniors](#)

[Tout savoir sur le CCAS !](#)