

Conseil des aînés I Mont'Café - Découverte de la sophrologie

Le Conseil des aînés a le plaisir de vous convier à Mont'Café, nouveau rendez-vous intergénérationnel !

Lundi 18 mai 2026 à 14h



Convivialité, partage, échange, entraide seront au rendez-vous.

Lundi 18 mai à 14h au Centre culturel Rachel Félix : découverte de la sophrologie - présentation et pratique

Sur inscription uniquement par mail : conseildesaines@ville-montmorency.fr ou au 01 34 17 60 99

Adresse

Centre culturel Rachel Félix
6 avenue de Domont
95160
Montmorency

Infos pratiques

- Un rendez-vous par mois de 14h à 16h au Centre culturel Rachel Félix
- Une thématique différente à chaque rendez-vous
- Entrée libre ou sur inscription selon les thèmes

Les prochaines dates :

- Lundi 15 juin - conseil santé et nutrition
- Lundi 6 juillet - Pâtissons et jouons ! Atelier de pâtisserie et quiz culinaire
- Lundi 21 septembre - Plantes et fleurs à Montmorency

Contact

Tél. 01 34 17 60 99

conseildesaines@ville-montmorency.fr

Document(s)

[Téléchargez la programmation des Mont'Café](#)

Liens utiles

[Découvrez le conseil des aînés](#)