

**Agenda des activités
Octobre - Décembre 2019**

**retraite
active**

la ville pour tous



bezons

P3 Sorties en Île-de-France et ses alentours
Croisière sur la Seine, musée Grévin, marché de Noël au jardin des Tuileries.

P5 Événements festifs et culturels
Loto, tournoi de belote, après-midi dansant, anniversaires à la résidence autonomie Louis-Péronnet.

P6 Rencontres et ateliers hebdomadaires
Ateliers « jeux mémoire », « lecture et santé », informatique, yoga, gym douce et équilibre.

P7 Infos pratiques
Carte senior et quotient, permanence administrative, régie des quartiers, numéros utiles.

P8 Conditions d'inscription et d'annulation

Sorties en Île-de-France et ses alentours

Inscriptions à partir du mardi 24 septembre à 13 h 30 à l'hôtel de ville, muni(e) de votre carte senior.

■ Jeudi 10 octobre *Croisière Rive-droite Rive-gauche Paris – Port de l' Arsenal*

Départ de Bezons après ramassage : **12 h.**

Retour à Bezons vers **18 h.**

Cette croisière de 2 h 30 commence au port de l' Arsenal, à proximité de l'opéra Bastille. Vous passerez sous de nombreux ponts de Paris, longerez l'île Saint-Louis et ses magnifiques hôtels particuliers, en admirant les majestueux monuments parisiens (Notre-Dame, le Louvre, l'Institut de France, le musée d'Orsay, la tour Eiffel, le palais de Chaillot). Avant d'amorcer le retour, vous serez surpris par l'étonnante sculpture monumentale haute de 24 m, la Tour aux figures, de Dubuffet sur l'île Saint-Germain à Issy-les-Moulineaux.

Remarque : prévoyez de manger avant de partir ou apportez un pique-nique.

Tarifs : de 5,92 € (quotient A) à 20,12 € (quotient J) / 23,67 € plein tarif.



■ **Jeudi 7 novembre**

Musée Grévin

Paris – 9^e

Départ de Bezons après ramassage : **13 h.**

Retour à Bezons vers **17 h 30.**



Envie d'un tête-à-tête avec Louis XIV, Mozart ou Jean Reno ?

Fan de Charles Aznavour ou Gérard Depardieu ? Le musée Grévin, lieu unique et incontournable à Paris, vous propose de prendre la pose aux côtés de plus de 200 personnages qui ont fait ou font l'Histoire, d'hier à aujourd'hui ! Profitez d'une expérience fantastique et n'oubliez pas votre appareil photo !

Tarifs : de 5,09 € (quotient A) à 17,31 € (quotient J) / 20,37 € plein tarif.



■ **Jeudi 12 décembre**

Marché de Noël

Paris – Jardin des Tuileries

Départ de Bezons après ramassage : **11 h.**

Retour à Bezons vers **17 h.**

La magie de Noël s'installe dans le jardin des Tuileries ! À cette occasion, plus de 120 chalets s'installent dans l'un des plus beaux parcs royaux de la capitale. Pour les gourmands, un village réunissant près de 20 régions françaises et leurs spécialités culinaires ainsi que des artisans d'art et des créateurs.
Repas libre.

Tarifs : de 5 € (quotient A) à 7,37 € (quotient J) / 8,67 € plein tarif.

Les trajets seront effectués en car de tourisme desservant les différents arrêts de la commune à l'aller comme au retour, au plus près de votre domicile. Le circuit ainsi que les horaires définitifs seront communiqués lors de l'inscription.

Événements festifs et culturels

■ Mardi 22 octobre

Loto,

à 14 h, à la résidence autonomie Louis-Péronnet.
Gratuit. Chacun apporte sa contribution au goûter.
Inscriptions au CCAS – service aux retraités

■ Mardis 29 octobre et 26 novembre

Anniversaires des usagers du restaurant,

de 12 h à 14 h, à la résidence autonomie Louis-Péronnet.
Déjeuner à réserver auprès des agents de la résidence.

■ Mardi 19 novembre

Après-midi dansant,

de 14 h à 18 h, espace Aragon – 42, rue Francis-de-Pressensé.
Goûter festif et dansant offert aux retraités, animé par Didier Couturier, pianiste, accordéoniste, chanteur, avec un répertoire varié de chansons françaises et internationales.
Inscription par retour du coupon-invitation reçu à votre domicile.

■ Jeudi 28 novembre

Tournoi de belote,

à 13 h 30, à la résidence autonomie Louis-Péronnet.
Gratuit
Inscription obligatoire en solo au CCAS – service aux retraités

■ Jeudi 19 décembre

Séance cinéma,

à 14 h 30, à la résidence autonomie Louis-Péronnet.
Projection du film « *La Môme* » du réalisateur Olivier Dahan, avec Marion Cotillard, Jean-Pierre Martins, Gérard Depardieu. Durée 2 h 20.
De son enfance à la gloire, de ses victoires à ses blessures, de Belleville à New York, l'exceptionnel parcours d'Édith Piaf. À travers un destin plus incroyable qu'un roman, découvrez l'âme d'une artiste et le cœur d'une femme.
Inscription gratuite.

Rencontres

■ *Ateliers « Bien-être et santé »*

de 10 h à 12 h, au centre municipal de santé.

Ouvert à toutes et à tous.

Animés par Magali Trigance - Renseignements au 06 13 06 39 84.

- Lundi 4 novembre : le diabète
- Lundi 11 novembre : bilan 2019 et perspectives 2020
- Jeudi 12 décembre : cholestérol et triglycérides

■ *Atelier « Jeux mémoire »*

Mardi 3 décembre

de 13 h 30 à 15 h 30, à la résidence autonomie Louis-Péronnet.

Ateliers hebdomadaires

Renseignements et inscriptions au CCAS - service aux retraités.

Gratuits, à la résidence autonomie Louis-Péronnet.

■ *Atelier informatique*

Initiation au fonctionnement d'un ordinateur, à la navigation sur Internet, l'utilisation d'une messagerie électronique, le traitement de texte, les logiciels photos. Jours et heures à définir.

Des rendez-vous individuels sont aussi proposés afin de vous accompagner dans la réalisation de vos démarches sur Internet.

■ *Yoga*

Le jeudi, de 16 h 30 à 17 h 30, ou de 17 h 30 à 18 h 30 (hors vacances scolaires).

Encadré par Sophie Martin, professeur de yoga diplômée de l'IFY, formée également aux pratiques de relaxation évolutive et aux bases de la sophrologie.

■ *Gym douce et équilibre*

Le lundi de 15 h 15 à 16 h 15 ou de 16 h 15 à 17 h 15 (hors vacances scolaires).

Encadré par Yann Lemétayer, éducateur sportif, qui vous guidera selon vos possibilités. Cet atelier vous permet de prévenir les risques de perte de la notion d'équilibre et de conserver toute votre motricité et votre forme.

Il est **impératif** de fournir un certificat médical d'aptitude à l'activité physique concernée, pour être autorisé à la pratiquer. Ce certificat est **valable 3 ans de date à date**.

Infos pratiques

■ Carte senior et calcul du quotient

Vous pouvez vous procurer la carte gratuitement au service aux retraités, à l'hôtel de ville – muni(e) de votre pièce d'identité, d'un justificatif de domicile, d'une photo et de votre notification de retraite. Les Bezonnais peuvent également faire calculer leur quotient pour bénéficier de tarifs dégressifs adaptés à leurs revenus (documents à présenter : notification de retraite, avis d'imposition, quittance de loyer).

Accueil, renseignements et inscriptions au CCAS – 01 79 87 62 25

■ Permanence administrative du service municipal aux retraités

Tenue par Mme Brochard, pour les Bezonnais, tous les mardis et jeudis matin, de 10 h à 12 h, à la résidence autonomie Louis-Péronnet.

■ Régie des quartiers

Cette association, avec le soutien de la Ville, vous propose le service Mobi-Cité afin d'assurer vos déplacements dans Bezons ou vers l'hôpital d'Argenteuil. Pour adhérer et profiter de ce service, il suffit de téléphoner au 01 39 47 60 35 et une personne se rendra à votre domicile afin de procéder à votre inscription. Vous pourrez ensuite acheter des tickets, soit à la Régie des quartiers (située au 9, rue Parmentier), soit directement au conducteur.

Information complémentaire au 01 39 47 60 35.

Numéros utiles

Mairie

Tél. : 01 79 87 62 00

CCAS - service aux retraités

Ouvert le lundi et jeudi de 13 h 30 à 18 h,
le mardi et mercredi de 8 h 30 à 12 h
et de 13 h 30 à 18 h, le vendredi
de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h,
le samedi de 8 h 30 à 12 h.

Tél. : 01 79 87 62 25 / 01 79 87 62 17

Résidence autonomie Louis-Péronnet

Tél. : 01 39 61 08 40

Centre municipal de santé Maurice-et-Liliane-Bourstyn

Tél. : 01 79 87 64 40

Mobi-Cité - Régie des quartiers

Tél. : 01 39 47 60 35

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS PAYANTES DU SERVICE MUNICIPAL AUX RETRAITÉS

Comment s'inscrire ?

En vous rendant directement au service municipal aux retraités, muni(e) de votre carte senior, 6, avenue Gabriel-Péri (à partir du jour d'ouverture des inscriptions annoncé en page 3).

Conditions :

- Il vous est demandé de vous limiter à deux pour le nombre de places réservées (exemple : un couple ou une personne et un ami). L'inscription doit être effectuée par l'une des deux personnes participantes.
- En raison d'une forte affluence, nous limitons les réservations uniquement le jour d'ouverture des inscriptions, à deux sorties par personne.
- Aucune inscription n'est prise par téléphone.

Comment annuler ?

En contactant le service municipal aux retraités au 01 79 87 62 25 ou en retournant le coupon ci-dessous.

Pourquoi annuler ?

Les annulations intervenant dans les 7 jours précédant l'activité, sont facturées suivant le montant des frais engagés par la ville et ce afin de ne pas pénaliser les autres participants (qui devraient alors supporter un surcoût).

Seules les annulations pour raisons de santé n'engendrent pas de frais : un certificat médical est alors demandé.



Annulation de(s) (l')activité(s) ou de(s) sortie(s)

.....

Nom :

Prénom :

Signature :

Coupon à retourner à : Hôtel de ville, service municipal aux retraités,
6, avenue Gabriel-Péri - CS 30122 - 95875 Bezons Cedex.