

ACTIVITÉS DES SENIORS

JUILLET
AOÛT
2016



Ville d'Athis-Mons

LES ACTIVITÉS ORGANISÉES PAR LA VILLE

JUILLET

Lundi 11 juillet Séance de cinéma

Lundi 18 juillet Séance de cinéma

Mercredi 20 juillet Repas de quartier

Mercredi 27 juillet Café tricot

AOÛT

Mercredi 10 août Café tricot

Mercredi 17 août Repas de quartier

Mercredi 24 août Café tricot

Jeudi 25 août Sortie PMR à Milly-La-Forêt

Lundi 30 août Séance de cinéma

N'hésitez pas à consulter le programme des animations et sorties proposées tout au long de l'été par l'Espace Coluche.

Programmes disponibles au Service des Seniors (Espace Pyramide).

Espace Pyramide - 1-5 avenue François Mitterrand - 01 69 54 23 79*

* Des nouvelles lignes téléphoniques ont été demandées, elles vous seront communiquées via le site Internet de la Ville : www.mairie-athis-mons.fr ou par la Maison des Solidarités

Espace Coluche – 7-9 Rue Édouard Vaillant – 01 69 54 54 70

LES REPAS DE QUARTIER

ATTENTION :

pour la période estivale, les repas de quartier se dérouleront uniquement à ARPAGE et à l'École Flammarion :

Mercredi 20 juillet : inscriptions du **lundi 27 juin** au **vendredi 8 juillet**

Mercredi 17 août : inscriptions du **lundi 25 juillet** au **vendredi 5 août**

Inscriptions au **Service des Seniors** au **01 69 54 23 79** ou à **l'antenne d'Avaucourt** au **01 69 54 54 42**
ou par mail : service.seniors@mairie-athis-mons.fr

ARPAGE - 8 Allée du Dr Guérin
École Flammarion - Rue des Pitourées

Association de la Cour (8 bis rue Étienne Lebeau)

Animations du lundi au jeudi et repas conviviaux du lundi au dimanche (inscription obligatoire, possibilité d'avoir les menus par mail à la demande) : ouverts aux retraités vivant à domicile.

Informations et inscriptions auprès de l'animateur au 01 69 38 95 20

Le programme des animations est disponible au Service des Seniors

Résidence Jean Rostand (6 allée du Dr Guérin)

Animations du lundi au vendredi, et Repas conviviaux du lundi au vendredi (inscription obligatoire au moins 8 jours à l'avance) : ouverts aux retraités vivant à domicile.

Informations et inscriptions au 01 60 48 72 08

Le programme des animations est disponible au Service des Seniors.

LES CAFÉS

LE CAFÉ TRICOTS

Le Service des Seniors poursuit l'action solidaire en direction des enfants défavorisés et vous propose des rencontres conviviales et régulières entre tricoteuses sur Athis-Mons, notamment pour les personnes isolées. N'hésitez pas à venir nous rejoindre. Vous pouvez aussi venir juste pour le plaisir de tricoter et pour partager ce loisir :

DATES	LIEUX	HORAIRES
Mercredi 27 juillet	Résidence La Cour - 8 bis, rue Etienne Lebeau	De 14 h 30 à 17 h 00
Mercredi 10 août	Résidence Jean Rostand - 6, allée du Dr Guérin	De 14 h 00 à 17 h 00
Mercredi 24 août	Espace Coluche - 7-9, rue Édouard Vaillant	De 14 h 00 à 17 h 00

GRATUIT - Entrée libre, sans inscription

Si vous avez de la laine dont vous ne vous servez pas, n'hésitez pas à l'apporter au service des seniors.

LE CAFÉ CINÉ

Le Service des Seniors en partenariat avec le Centre Culturel des Portes de l'Essonne vous proposent des séances de cinéma tous les lundis à **14 h 00** au Cinéma Lino Ventura – 4, Rue Samuel Deborde à Athis-Mons.

Attention, le cinéma ferme du **dimanche 24 juillet au soir** au **28 août 2016**.
Réouverture le **lundi 29 août**.

Pas de café-ciné pendant l'été. Le Service des Seniors vous invitera à partager après la séance un temps d'échanges entre cinéphiles au 1^{er} étage du Cinéma Lino Ventura le 26 septembre.

Entrée 5 €, sans inscription

LES ATELIERS

L'ATELIER MÉMOIRE

Contrairement aux idées reçues, on ne perd pas sa mémoire en vieillissant ! Au contraire, son potentiel augmente si nous sommes conscients de l'importance de garder une activité cérébrale soutenue.

C'est pourquoi, le CLIC des Portes de l'Essonne, en lien avec le Service des Seniors, vous propose un atelier mémoire. Ces ateliers vous permettront de découvrir les mécanismes et le fonctionnement de la mémoire et d'adapter les méthodes apprises, à l'aide de jeux et d'exercices, aux gestes de la vie quotidienne.

Ces ateliers sont encadrés par une psychologue.

Informations pratiques :

Il y aura 12 séances, tous les **lundis matin de 9 h 30 à 11 h 30** à compter de mi-septembre.

Coût : 20 €

Lieu : Résidence Louis Poizeaux – 18 rue des Marronniers à Paray-Vieille-Poste.

L'ATELIER ÉQUILIBRE

Le CLIC des Portes de l'Essonne, en lien avec le Service des Seniors, organise un Stage Équilibre destiné aux personnes retraitées demeurant sur les villes d'Athis-Mons, Paray-Vieille-Poste et Morangis.

Au cours de ce stage, vous apprendrez à :

- garder votre équilibre,
- reprendre confiance dans vos déplacements,
- vous relever après une chute,
- dénouer vos articulations...

Informations pratiques :

Nous vous proposons **20 séances d'une heure** tous les **mardis matin de 9 h 30 à 10 h 30**.

Coût : 20 € les 20 séances

Dates : du 13 septembre au 14 février 2017 (Inscriptions jusqu'au 31 août 2016)

Lieu : Salle Evelyne Leroy, Place Mendès France, Quartier du Noyer Renard sur Athis-Mons

SORTIE PMR au Musée Jean Cocteau de Milly-La-Forêt

Le Service des Seniors propose aux personnes à mobilité réduite une sortie à la journée au Musée Jean Cocteau à Milly-La-Forêt le jeudi 25 août.

Nous passerons vous chercher à votre domicile puis nous partirons en fin de matinée vers la commune de Milly-La-Forêt.

Dès 12 h 00, nous arriverons pour déjeuner dans un restaurant à proximité du Musée.

Le repas sera à votre charge (entrée/plat/dessert pour 20 € environ hors boissons).

En début d'après-midi, nous visiterons la Maison Jean Cocteau. En effet, Jean Cocteau acquit la « Maison du Bailli » en 1947 à Milly-la-Forêt. Ce « refuge », loin de l'agitation parisienne, est une ancienne dépendance du Château de la Bonde, ancienne propriété de l'amiral Louis Malet de Graville, au 15^{ème} siècle.

Coût de la sortie : 3 unités + coût du repas à la charge de chacun

Les billets d'entrée du musée sont offerts par la Municipalité.

BONNES VACANCES À TOUS !

COUPON- RÉPONSE

Maison des Solidarités - Espace Pyramide - 1-5 avenue François Mitterrand
91200 Athis-Mons - Quartier Plateau - Tél. : **01 69 54 23 79**

Antenne du service : 3, rue Aristide Briand - 91200 Athis-Mons - Tél. : **01 69 54 54 42**

service.seniors@mairie-athis-mons.fr

Nom : Prénom :

Nom : Prénom :

N° : Rue

Tél. : Courriel :

Lors des différentes activités proposées par le service des Seniors, des photos et vidéos sont susceptibles d'être prises. Conformément aux dispositions relatives au droit à l'image et au droit de nom :

J'autorise la Mairie d'Athis-Mons (ou tout prestataire commandité)

Je n'autorise pas la Mairie d'Athis-Mons à fixer, reproduire et communiquer au public les photographies prises à ces occasions.



→→ ATELIER ÉQUILIBRE

Souhaite participer à l'atelier équilibre

Précisez votre date de naissance :

Inscriptions jusqu'au 31 août

→→ ATELIER MÉMOIRE

Souhaite participer à l'atelier mémoire

Précisez votre date de naissance :

Inscriptions jusqu'au 31 août

SORTIE POUR LES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE :

→→ SORTIE PMR : VISITE DE LA MAISON JEAN COCTEAU À MILLY-LA-FORÊT LE JEUDI 25 AOÛT

Participe à la visite

3 unités de transport

GRATUIT - À retourner pour le vendredi 12 août