

Mars / Septembre 2019

GUIDE DES ACTIVITÉS SENIORS

www.eragny.fr



PLAN D'ACCÈS À LA MAISON DES SERVICES AU PUBLIC



Certains tarifs des activités présentées dans ce document sont calculés à partir du prix de base en fonction des revenus du foyer (Quotient Familial). Merci de vous munir de votre avis d'imposition 2018 (revenus 2017), lors des inscriptions.

Ces activités sont susceptibles de modification. Elles seront remplacées dans la mesure du possible.

Toute place réservée ne pourra être remboursée en cas de désistement de l'intéressé.

Toute personne atteignant 60 ans est invitée à se faire connaître auprès du département des Solidarités et de l'Attention à Tous.

Édito

Vous avez 60 ans et plus? Vous êtes actif, dynamique et plus que jamais déterminé à profiter du temps libre dont vous disposez. Alors ce guide est fait pour vous.

Il n'est pas uniquement question ici de troisième âge, mais aussi d'activités pour seniors volontaires, engagés et curieux.

Éragny a fait partie des toutes premières villes du département à signer la charte « Bien vieillir en Val-d'Oise ». Il s'agit d'un outil qui permet de valoriser les actions mises en place par nos services, partager avec les autres communes et ainsi développer l'offre pour mieux vous accompagner au quotidien. Nous vous proposons de nombreuses sorties et des ateliers avec des experts pour échanger sur les sujets qui vous préoccupent ou pour partager votre expérience.

Les offres à votre disposition sont multiples et permettent de répondre à des situations toutes différentes. C'est à vous d'en faire ce que vous voulez.

Vous choisissez vos activités et construisez votre programme. Vous êtes également les bienvenus dans le milieu associatif pour nous apporter votre énergie comme le font de nombreux Éragniens à l'issue de leur vie professionnelle!

Thibault Humbert

Maire d'Éragny-sur-Oise
Vice-président de la Communauté
d'Agglomération de Cergy-Pontoise
Conseiller régional d'Île-de-France

Chantal Baggio

Adjointe au maire chargée des Ressources
humaines, des Affaires générales, Logements
sociaux et Solidarités

Joëlle Martinez

Conseillère municipale déléguée
chargée des actions en direction des Seniors,
des Anciens combattants et du Handicap

Bien vieillir à Éragny

Sur inscription auprès
du Pôle Senior au
01 34 33 50 32 ou
01 34 33 50 40

Transport en minibus

Possibilité d'être conduit dans différents lieux de la ville ou à proximité.

- **Le mardi et jeudi après-midi :**
Transport au club des aînés
« La Chênaie ».
🕒 *Départ 13 h 30, retour 17 heures*
- **Le jeudi matin**
Transport vers les différents
commerces de la Halle.
🕒 *Départ 9 h 30, retour 11 h 30.*
- **Le premier et troisième mardi du mois**
Transport vers la zone commerciale
« LIDL ».
🕒 *Départ 14 h 30, retour 16 h 30.*
- **Le deuxième jeudi du mois**
Transport vers les cimetières de la ville.
🕒 *Départ 14 h 30.*
- **Le quatrième jeudi du mois**
Transport au centre commercial
« Art de Vivre ».
🕒 *Départ 14 h 30, retour 16 h 30.*
- **Le deuxième vendredi du mois**
Transport au centre commercial
« Les 3 Fontaines ».
🕒 *Départ 13 h 30, retour 16 heures.*

Allô Veille

Une attention particulière aux personnes isolées

La Ville invite les personnes isolées (personnes âgées, personnes handicapées) à s'inscrire sur le **Registre Nominatif**.

Elles bénéficieront ainsi, durant l'été et en cas d'événements exceptionnels, de conseils et de soutien moral ou pourront évoquer une inquiétude, un problème et ainsi favoriser, si nécessaire l'intervention des services sociaux et sanitaires.

Livraison des repas à domicile

La commune d'Éragny propose un service de portage des repas à domicile, assuré 7j/7 par l'association Domi-Vie, pour les personnes à mobilité réduite, dépendantes ou momentanément handicapées.

La municipalité prend en charge une partie des frais engagés, en fonction du quotient familial.



Sorties

Pour toute inscription aux sorties, la Maison des Services au Public vous accueille **à partir de 9 heures**.

Les horaires des sorties seront confirmés lors de l'inscription.

Samedi 11 mai

Croisière déjeuner à Briare

Venez découvrir cette ville réputée pour son pont-canal construit en collaboration avec l'ingénieur de la tour Eiffel, Gustave Eiffel. Ce pont métallique de 662 mètres de long est un des plus longs ouvrages au monde. Profitez d'une croisière touristique agrémentée d'un repas sur les canaux. Vous naviguerez sur le pont-canal et passerez par trois écluses. Puis découverte de la ville en petit train.

Inscriptions à partir du jeudi 11 avril

- 🕒 Départ d'Éragny vers 6h45, retour prévu vers 19h30.
- 💰 Coût selon QF par personne de 10€ à 47,5€ (prix de base 50€).

Mercredi 26 juin

Un après-midi découverte du fort de Cormeilles

Un site inattendu de notre région, le fort de Cormeilles construit entre 1874 et 1877 fait partie intégrante de la place forte de Paris. C'est l'un des plus grand fort militaire de la région parisienne dans un état de conservation exceptionnel. Accompagnés de votre guide, cheminez au cœur du réseau de galeries et découvrez l'histoire de ce lieu unique. Visite guidée suivie d'une collation goûter servie dans un restaurant de Cormeilles-en-Paris.

Inscriptions à partir du jeudi 23 mai

- 🕒 Départ d'Éragny vers 13h15, retour prévu vers 18h15
- 💰 Coût selon QF par personne de 4,6€ à 21,85€ (prix de base 23€).



Vendredi 27 septembre

Châteaudun, cité médiévale

Vous découvrirez cette ville située aux confins de l'Orléanais, de la Beauce et du Perche. En matinée, visite des grottes du Foulon qui dévoilent la magie de ces lieux où l'homme a laissé des traces depuis la préhistoire. Vous y déjeunerez, puis pourrez suivre la visite guidée du Château de Châteaudun considéré comme l'un des premiers châteaux de la Loire, un témoignage de huit siècles d'histoire.

Inscriptions à partir du mardi 3 septembre

- 🕒 Départ d'Éragny vers 7 heures, retour prévu vers 19h30/20 heures
- 💰 Coût selon QF par personne de 9€ à 42,75€ (prix de base 45€).

Déjeuners dansants

À vos agendas

Les Villageoises à Cergy

L'association « Apui - Les Villageoises » propose un repas dansant chaque mois

- > **Mardi 2 avril**
- > **Mardi 7 mai**
- > **Mardi 4 juin**
- > **Mardi 2 juillet**
- > **Mardi 10 septembre**

La Ville d'Éragny propose de transporter les personnes qui le désirent avec le mini bus de la ville.

- ❶ Coût du repas 22 € à régler sur place à l'association.
- 🕒 Départ d'Éragny à 11 h 45 retour prévu à 17 h 30.

Inscriptions auprès du Pôle senior une semaine avant la date du repas dansant au 01 34 33 50 32 ou 01 34 33 50 40



Thés dansants

- 🕒 **Jeudi 4 avril et mercredi 25 septembre**
14 heures > 17 heures
- 📍 Salle des Calandres

Féru de danse de salon, venez partager un moment convivial lors de cet après-midi dansant. L'animateur musical Pascal de Smet enchaînera les airs les plus populaires d'hier et d'aujourd'hui. Une buvette proposera à la vente des boissons chaudes ou froides ainsi qu'un assortiment de pâtisseries à déguster autour des tables « bistrot ».

- ❶ Inscriptions sur place le jour même (dans la limite des capacités d'accueil)
Paiement par chèque souhaité. Coût 6€
- 📞 01 34 33 50 32 ou 01 34 33 50 40

Les rendez-vous Atouts santé seniors

Les nouvelles technologies peut-on s'en passer ? (Saison 2)

- > **Les petites conversations philosophiques : Faut-il craindre les réseaux sociaux ?**
 - 🕒 Jeudi 14 mars / 14 heures > 16 heures
 - 📍 Maison de La Halle
 - ❶ Animées par Dominique Renault, professeur de philosophie
- > **Les cafés santé : Services en ligne de l'assurance maladie : savoir les utiliser**
 - 🕒 Jeudi 16 mai / 14 heures > 16 heures
 - 📍 Maison de La Halle
 - ❶ Animés par la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM).

Et aussi

À la Maison de la Challe

Café à la Maison les jeudis de 14 heures à 16 heures. Autour d'un café ou d'un thé, une manière de se retrouver, d'échanger.

Ateliers activités manuelles / décoration, les lundis de 14 heures à 17 heures.

☎ 01 34 48 51 89

À la Maison des Dix Arpents

Atelier tricot, les lundis de 14 heures à 16 heures.

Atelier couture, les vendredis de 14 heures à 16 heures. (sur inscription)

Ateliers cuisine, un jeudi par mois. (sur inscription)

☎ 01 30 37 32 96



Bus'Art

Les spectacles présentés dans le cadre du Bus'Art sont proposés par le service culturel en partenariat avec la Nouvelle Scène Nationale de Cergy-Pontoise.

Retour à Reims

- 📅 Jeudi 23 mai
- 📍 Théâtre des Louvrais - Pontoise
- 🕒 Rendez-vous à 18h50 / Départ 19 heures
- 📍 Arrêt des Longues Rayes
- 💰 Tarifs : plein 8€ - réduit 5€

Fresque sociale et familiale, le récit autobiographique traduit l'expérience de son auteur, fils d'ouvrier longtemps poursuivi par la honte de ses origines. Grâce à un dispositif simple et éloquent, Thomas Ostermeier met en évidence la question cruciale du déterminisme social. Basé sur le livre *Retour à Reims* de Didier Eribon (Fayard, 2009)

Plus de précisions concernant ces spectacles sur le guide culturel ou sur le site de la ville. (réservé aux Éragniens)

☎ 01 34 48 35 55

Des livres à mon domicile

Vous ne pouvez pas vous déplacer, alors la bibliothèque Albert Camus vient à vous... Sur rendez-vous, il vous sera alors proposé une sélection d'ouvrages, livres, textes lus, BD, journaux, livrés directement chez vous.

☎ 01 30 37 26 21



Mairie d'Éragny-sur-Oise
BP 70021 - Éragny-sur-Oise
95611 CERGY PONTOISE CEDEX
Tél. : 01 34 48 35 00 - www.eragny.fr

Renseignements et inscriptions

Département des Solidarités et de l'Attention à Tous
Catherine Cavillé - Maison des Services au Public
6 rue des Belles Hâtes - 95610 Éragny-sur-Oise
Tél. : 01 34 33 50 32 (ligne directe)/01 34 33 50 40 (standard)
E-mail : ccavaille@eragny.fr

Accueil du public

du lundi au vendredi matin de 9 heures à 12 h 30
et sur rendez-vous l'après-midi de 13 h 30 à 17 h 30

