

Mars / Septembre 2020

GUIDE DES ACTIVITÉS SENIORS

www.eragny.fr



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

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 16 mai

Les trésors de la vallée du Loing

Découvrez cette charmante cité médiévale de Nemours enserrée par les eaux du Loing qui invite à déambuler à travers son centre historique. Après le repas, place à la douceur et à la gourmandise chez un artisan chocolatier qui vous contera son métier. En fin d'après-midi, embarquez à bord de la vedette panoramique. Au fil de l'eau, paysages et vues imprenables se révèlent. Une croisière tout en charme.

Inscriptions à partir du jeudi 2 avril

- 🕒 **Départ d'Éragny vers 8 heures, Retour prévu vers 20 heures / 20h30**
- 💰 **Coût selon QF par personne de 10,40 € à 49,40 € (prix de base 52 €)**

Mercredi 24 juin

Un après-midi à Rueil-Malmaison

En premier lieu visite guidée du Château de Malmaison; la propriété préférée de l'impératrice Joséphine et de Napoléon Bonaparte. Le château présente le quotidien de ses illustres propriétaires. Puis visite guidée de la «Petite Malmaison» construite en 1805 par l'impératrice Joséphine afin de pouvoir s'isoler parmi les plantes. Aujourd'hui, demeure privée, la «Petite Malmaison» a su conserver son charme d'antan et rappelle le souvenir de l'impératrice, botaniste passionnée.

Inscriptions à partir du mardi 19 mai

- 🕒 **Départ d'Éragny vers 12 h 30 Retour prévu vers 18 heures / 18 h 30**
- 💰 **Coût selon QF par personne de 5,60€ à 26,60 € (prix de base 28 €)**



Château de Nemours côté Loing.

Jedi 17 septembre

Familistère de Guise ou l'utopie sociale...

Jean-Baptiste André Godin (1817-1888), fondateur de la manufacture des fameux poêles Godin, imaginait une société offrant à ses employés les «équivalents de la richesse». Il réalisa pendant la seconde moitié du XIX^e siècle le Familistère ou «Palais social». Vous découvrirez le Familistère à travers son musée de site, l'appartement témoin, les cours des pavillons d'habitation, le jardin d'agrément, les économats, le théâtre du Familistère et la buanderie-piscine.

Inscriptions jeudi 25 juin puis mardi 1^{er} septembre dans la limite des places disponibles.

- 🕒 **Départ d'Éragny vers 7 h 45 Retour prévu vers 19 h 30 / 20 heures**
- 💰 **Coût selon QF par personne de 7 € à 33,25 € (prix de base 35 €)**

Déjeuners dansants

À vos agendas

Les Villageoises à Cergy

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

- > **Mardi 7 avril**
- > **Mardi 5 mai**
- > **Mardi 2 juin**
- > **Mardi 7 juillet**
- > **Mardi 8 septembre**

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

- ❶ Coût du repas 21 € à régler sur place à l'association.
- ☎ Départ d'Éragny à 11 h 30
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 26 mars - 14 heures > 17 heures**
Et **jeudi 24 septembre - 14 h 30 > 17 h 30**

📍 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 viennoiseries 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 Santé Seniors

- > **Les cafés santé :
J'aide et moi qui m'aide ?
La santé des aidants, parlons-en !**

- 🕒 **Jeudi 14 mai / 14 heures > 16 heures**
- 📍 Maison de La Challe
- ❶ Animés par Coordinov.

- > **Les petites conversations
philosophiques :
Pouvons-nous aider les autres ?**

- 🕒 **Jeudi 28 mai / 14 heures > 16 heures**
- 📍 Maison de La Challe
- ❶ Animées par Dominique Renauld, professeur de philosophie.

Et aussi

Reprise des ateliers annuels : Équilibre, Ateliers du Bien Vieillir, Initiation informatique à partir d'**octobre 2020**.

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.

Rendez-vous couture, les vendredis de 14 heures à 16 heures. (sur inscription)

☎ 01 30 37 32 96

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

Cet été, soyez attentifs aux propositions faites dans le cadre de la programmation Vive l'été, certaines vous sont aussi destinées. Ces animations se déroulent au Parc urbain.

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.

Peer Gynt

🕒 **Judi 14 mai**

📍 Théâtre des Louvrais - Pontoise

🕒 **Départ 18h 30**

Arrêt des Longues Rayes

Tarifs : plein 8€ - réduit 5€

Dans un décor de fête foraine abandonnée, l'auteur dévoile la puissance poétique et politique de ce texte ou le personnage part dans une quête personnelle.

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

Oktoberfest

Participez à une fête populaire allemande! L'Oktoberfest, connue sous le nom de la Fête de la Bière, est organisée par l'association de jumelage avec la ville de Munster, l'Emex, en partenariat avec le Lion's Club d'Éragny pour célébrer l'amitié franco-allemande le temps d'une soirée festive.

Au programme : dégustation de choucroute, musique populaire et divertissements.

🕒 **Samedi 26 septembre**

À partir de 19h 30

📍 Salle des Calandres - Éragny-sur-Oise

📞 Réservation au 01 34 64 03 17

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 Chénaie.
🕒 *Départ 13 h 30, retour 17 heures.*
- **Le jeudi matin**
Transport vers les différents
commerces de la Challe.
🕒 *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 7 j/7 par la maison Le Roux, 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.





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 Solidarités et Attention à tous
Catherine Cavallé – 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 15