



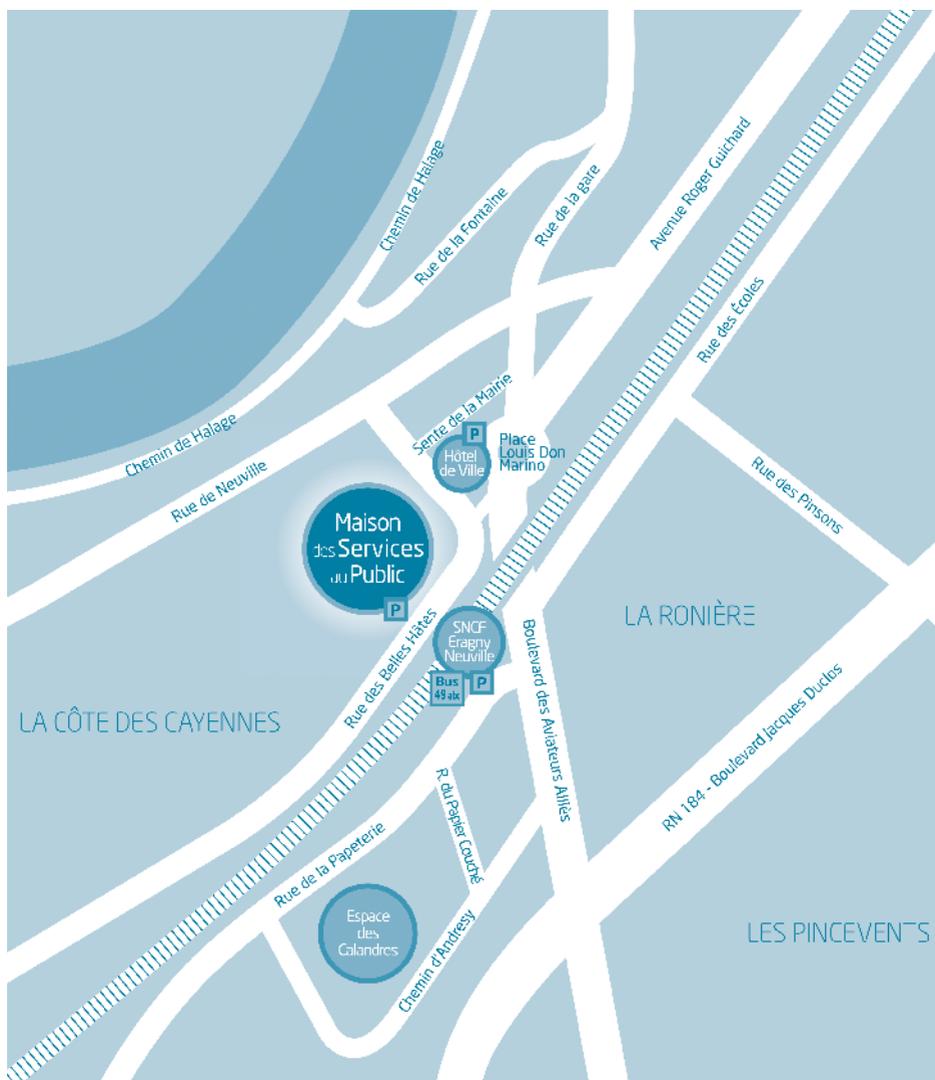
www.eragny.fr

Février - Septembre 2017

GUIDE DES ACTIVITÉS SENIORS



PLAN D'ACCÈS À LA MAISON DES SERVICES AU PUBLIC



Février - Septembre 2017

GUIDE DES ACTIVITÉS SENIORS

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

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 2016 (revenus 2015), 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.

« BIEN VIEILLIR » À ÉRAGNY

Livraison des repas à domicile

La commune d'Éragny propose un service de portage des repas à domicile, assuré 7 j/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.

Sur inscription

Tél. : 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 mercredi après-midi

Transport vers les commerces de la Challe.

Départ 14 h 30, retour 16 h 30.

Le jeudi matin

Transport au marché 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 commune.

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.

Sur inscription auprès du Pôle Seniors

Tél. : 01 34 33 50 32 ou 01 34 33 50 40

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, d'une attention et d'un accompagnement privilégiés. Pour vous-même ou l'un de vos proches, vous pouvez accomplir ce geste de prévention et de solidarité en contactant le 0 810 00 37 08.

SORTIES

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

Judi 16 mars

La basilique Cathédrale de Saint-Denis

Chef-d'œuvre de l'art gothique et dernière demeure des rois de France.

L'ancienne abbaye de Saint-Denis regroupe sur son site des siècles de l'histoire artistique, politique et spirituelle de la France. Découvrez la basilique cathédrale, joyau de l'art gothique et nécropole royale.

Visite guidée suivie d'une collation.
Départ d'Éragny vers 12 h 45, retour prévu vers 18 heures. (Les horaires seront confirmés lors de l'inscription).

Inscriptions à partir de mardi 21 février

Coût selon QF par personne de 2,55 € à 16,15 € (prix de base 26 €).

Judi 27 avril

Escapade en Essonne : Dourdan et Étampes

Le matin, visite du cœur historique de Dourdan (place du marché aux grains, église Saint-Germain-l'Auxerrois, maisons du XIX^e siècle...), à pied.

Repas dans un restaurant du centre-ville. L'après-midi sera consacré à la visite commentée d'Étampes, labellisée Ville d'Art et d'Histoire. Ville royale capétienne à l'instar de Dourdan, Étampes, avec son centre-ville historique, offre à la visite un grand nombre d'édifices remarquables, inscrits ou classés au titre des monuments historiques.

Départ d'Éragny vers 7 h 30 retour prévu vers 18 h 30/19 heures. (Les horaires seront confirmés lors de l'inscription).

Inscriptions à partir de jeudi 30 mars

Coût selon QF par personne de 7,8 € à 37,95 € (prix de base 39 €)

Samedi 13 mai

Guédelon, ils bâtissent un château fort...

L'aventure médiévale du XXI^e siècle !

Au cœur de la Puisaye, dans l'Yonne, en Bourgogne, une cinquantaine d'«œuvriers» relèvent le défi de construire aujourd'hui un château fort selon les techniques et avec les matériaux utilisés au Moyen Âge.

Qui ne s'est jamais interrogé en visitant un monument sur les techniques de construction des bâtisseurs médiévaux ? La visite guidée permettra d'apporter des réponses à toutes ces questions encore en suspens... Déjeuner dans un restaurant du site et temps libre au château de Guédelon.

Départ d'Éragny vers 7 h 45, retour prévu vers 19 heures/19h 30. (Les horaires seront confirmés lors de l'inscription).

Inscriptions à partir de jeudi 20 avril

Coût selon QF par personne de 7,40 € à 35,15 € (prix de base 37 €)

Judi 28 septembre

Couleur de l'estuaire

Escapade commentée en car de l'estuaire au départ de la Maison Médiévale de Saint Sulpice-de-Grimbouville avec différents arrêts, dont Conteville et Berville-sur-Mer. Déjeuner, petit temps libre à Honfleur puis embarquement pour une croisière commentée sur l'estuaire de la Seine et passage sous le pont de Normandie.

Départ d'Éragny vers 6 h 45, retour prévu vers 20 heures. (Les horaires seront confirmés lors de l'inscription).

Inscriptions à partir de jeudi 7 septembre

Coût selon QF par personne de 9 € à 42,75 € (prix de base 45 €).

DÉJEUNERS DANSANTS LES VILLAGEOISES À CERGY

L'association « Apui - Les Villageoises » propose un repas dansant le premier mardi du mois. Coût du repas 22 € à régler sur place à l'association.

La ville d'Éragny propose de transporter les personnes qui le désirent avec le mini bus de la ville : **Départ d'Éragny à 11 h 45, retour prévu à 17 h 30.**

Mardi 14 mars

Inscription à partir de mardi 7 février

Mardi 4 avril

Inscription à partir de mardi 28 mars

Mardi 2 mai

Inscription à partir de mardi 25 avril

Mardi 6 juin

Inscription à partir de mardi 30 mai

Mardi 4 juillet

Inscription à partir de mardi 27 juin.

Coût selon QF par personne de 3,15 € à 19,95 € (prix de base 21 €).

À VOS AGENDAS...

Les rendez-vous **Atouts santé seniors**

Partir tranquille...

Les « Petites conversations philosophiques »

« Peut-on partir l'esprit tranquille? »

Jeudi 16 mars

de 14 heures à 16 heures

Maison de la Challe – Éragny-sur-Oise

Animées par Dominique Renauld, professeur de philosophie.

Les « Café santé ».

Moi, j'anticipe les conditions de ma fin de vie - Directives anticipées

Personne de confiance

Jeudi 27 avril

de 14 heures à 16 heures

Maison de la Challe – Éragny-sur-Oise

Animés par l'association Jalmaalv (Jusqu'À La Mort Accompagner La Vie)

Comment transmettre mon patrimoine?

Jeudi 1^{er} juin

de 14 heures à 16 heures

Maison de la Challe – Éragny-sur-Oise

Animé par Allianz Expertise et Conseil.

ET AUSSI...

Atelier «santé-mémoire»

Un ergothérapeute anime des ateliers «mémoire» le vendredi de 9 h 30 à 10 h 30.
Tarif : selon le quotient familial.
(Tout trimestre commencé sera dû.)

Reprise des ateliers

Équilibre, Pac Eurêka, Code de la route, ateliers du «Bien Vieillir» à partir d'octobre 2017.

À la Maison de la Challe

Café à la Maison les jeudis de 13 h 30 à 16 heures. Autour d'un café ou d'un thé, une manière de se retrouver, d'échanger ou de faire ensemble (activités, sorties..).
Ateliers activités manuelles/déco tous les lundis à 14 heures.

Des sorties organisées régulièrement

Renseignements :

Maison de la Challe au 01 34 48 51 89

Bus'Art

Les spectacles présentés dans le cadre du Bus'Art sont proposés en partenariat avec L'apostrophe.

Départ collectif depuis Éragny

Tarifs : plein 8 €, réduit 5 €

Plus de précisions concernant ces spectacles sur le guide culturel ou sur le site de la ville.

Réservations : 01 34 48 35 55/(réservé aux Éragniens)

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 de vous livrer une sélection d'ouvrages, livres audio, journaux...

Renseignements et rendez-vous :

Bibliothèque d'Éragny au 01 30 37 26 21

Toute personne atteignant 60 ans

est invitée à se faire connaître

auprès du Département Solidarité et Attention à Tous



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

Renseignements et inscriptions

Pôle Seniors

Catherine Cavaille - 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 (13 h 30 à 17 h 30)**

