

RETRAITE ACTIVE

Hiver

Décembre 2022 - Janvier et février 2023



Edito

UN HIVER DE PARTAGE ET DE CONVIVIALITÉ

Nous vivons une époque singulière où nous devons nous réapproprier des gestes, des modes de vie, des pratiques qui semblaient faire partie d'un passé révolu. Alors, si nous devons retrouver cette simplicité et cette sobriété que ce soit pour retrouver aussi le sens de la convivialité et du partage, des bons moments passés ensemble, des plaisirs simples de l'échange. C'est le sens de la programmation qui vous est proposée dans ce numéro d'hiver de «retraite active». J'espère qu'elle répondra à toutes vos attentes! Plus que jamais Bezons est, et reste la ville des solidarités et j'y suis particulièrement attentive. Très cordialement,



Nessrine Menhaouara,
Présidente du Centre communal d'action sociale.

Vos rendez-vous loisirs & culture



Jeux de société

➤ Résidence Louis-Péronnet *

Tous les jeudis, de 14 h 30 à 16 h

Jeux de cartes, jeux de réflexion, jeux d'observation : il y en a pour tous les goûts !

Entrée libre (sous réserve de disponibilité de la salle).



Arts Plastiques*

➤ Médiathèque Maupassant

Exposition du collectif de plasticiens de Bezons

Vendredi 16 décembre – de 10 h à 11 h 30

Visite commentée par Louis Tartarin, chargé de mission en arts plastiques à la Ville de Bezons.



Cinéma

➤ Écrans Eluard

Film « À propos de Joan »

Présentation du film par David Ramarquès, responsable du cinéma.

Jeudi 2 février – 14 h

Comédie réalisée par Laurent Larivière. Avec Isabelle Huppert, Lars Eidinger, Freya Mavor
Le portrait d'une femme bouleversée par le retour d'un amour de jeunesse.

Tarif : 5 € la place (à retirer au TPE) sur présentation de la carte senior.



Thé dansant*

➤ Espace Elsa-Triolet-Aragon

Mardi 13 décembre – de 14 h à 17 h 30

Si vous aimez danser, fredonner ou simplement être en bonne compagnie, ne ratez pas ce moment festif !



Cinéma

➤ Résidence Louis-Péronnet *

Film « Adieu les cons »*

Mercredi 14 décembre – 14 h

Film d'A. Dupontel. Avec V. Efrira, A. Dupontel
Rencontre entre un type prêt à tout pour en finir, une femme qui se désole de ne pouvoir aller plus loin et un aveugle clairvoyant.

Film « Le discours d'un roi » *

Mercredi 18 janvier – 14 h

Film de T. Hooper. Avec C. Firth, H. Bonham Carter
D'après l'histoire vraie et méconnue du père de la Reine Elisabeth II, qui va devenir, contraint et forcé, le Roi George VI, suite à l'abdication de son frère Edouard VIII.

Film « Ne nous fâchons pas »*

Mercredi 15 février – 14 h

Film de G. Lautner. Avec L. Ventura, M. Darc, J. Lefebvre. Antoine Beretto, ancien gangster, s'est reconverti en tant qu'armateur sur la Côte d'Azur. Un jour, deux anciens complices lui rendent visite...



Atelier « Art Philo » *

➤ Salle de danse Elsa-Triolet-Aragon / gymnase Gilbert-Trouvé

Les mardis 6 décembre, 10 et 24 janvier, 7 et 21 février – gymnase Gilbert-Trouvé

Mardis 3, 17 et 31 janvier, 14 février – salle de danse Elsa-Triolet-Aragon

De 14 h 30 à 16 h

Atelier d'expression (réflexion, chant, mouvement) en place depuis septembre 2022.

Chaque participant exprime sa sensibilité, sa créativité dans une liberté joyeuse.

Pour garder la forme



Ateliers « Vitalité »*

➤ Résidence Louis-Péronnet

Mardi 31 janvier de 9 h 30 à 11 h 30 : réunion d'information et d'inscription

Mardis 7, 14 et 21 février, 7 et 14 mars

+ une séance 3 mois après : mardi 13 juin de 9 h 30 à 11 h 30

Adopter une bonne hygiène de vie est un atout pour se maintenir en bonne santé. Les ateliers « Vitalité » vous donneront des clefs pour y parvenir. Nécessité de s'engager sur l'ensemble des séances.



* Inscription gratuite sous réserve des disponibilités



Vos sorties

Niveau d'accessibilité : 1 (facile) à 4 (difficile)

Déjeuner au restaurant d'application de Guyancourt

(Niveau 1)



Jeudi 8 décembre

Venez savourer le menu de Noël concocté et servi par les élèves du lycée d'hôtellerie et de tourisme de Guyancourt (78).

Visite de la Conciergerie et Sainte-Chapelle

(Niveau 4)



Mardi 10 janvier

Venez découvrir ce palais gothique devenu palais de justice puis prison révolutionnaire. Nous poursuivrons cette visite par celle de la Sainte-Chapelle, joyau du gothique rayonnant. Visite en transport en commun.

Visite du Sénat

(Niveau 3)



Vendredi 27 janvier

Le Palais du Luxembourg nous ouvre ses portes une seconde fois pour une visite guidée. Carte d'identité en cours de validité à présenter lors de l'inscription et lors de la visite. Tenue correcte exigée.

Attention : 2 grands escaliers à monter et station debout prolongée.

Bowling

(Niveau 2)



Lundi 20 février

Débutants ou confirmés, venez jouer au bowling sur l'une des 16 pistes mises à votre disposition.

L'offre comprend deux parties par participant et la location d'une paire de chaussures.



Sorties payantes. Voir tarifs dans le coupon-réponse joint.



Marche dynamique *

Jeudis 8 et 22 décembre, 5 et 19 janvier, 2 et 16 février

De 10 h à 12 h

Rendez-vous devant la mairie.

Balade sur les berges de Seine (Île Marante, « Promenade bleue » de Nanterre, chemin de halage de Bezons).

Annulation en cas de mauvais temps.





Bien dans ma ville

« Se prémunir des fraudes » *

Résidence Louis-Péronnet

Lundi 9 janvier - de 9 h 30 à 11 h 30

ABC Insertion, avec le soutien de la Conférence des Financeurs, vous sensibilisera aux différentes formes de fraude, d'escroquerie, de maltraitance financière ou d'abus de confiance et comment s'en préserver.



Infos pratiques

Modalités d'inscription

➔ À qui s'adressent ces activités ?

Aux titulaires de la carte senior. Cette carte est gratuite et permet de bénéficier de tarifs indexés sur vos revenus.

➔ À qui s'adresser pour obtenir cette carte ?

En prenant rendez-vous par téléphone au 01 79 87 62 25 ou 01 79 87 62 15 (accueil CCAS).

➔ Comment s'inscrire ?

L'inscription se fait en trois temps :

1 – Pré-inscription via le coupon-réponse joint au « Retraite active » et à retourner **avant le 18 novembre à 17 h**. La pré-inscription ne vaut pas inscription.

2 – Confirmation de votre inscription par le CCAS via un SMS ou par téléphone.

3 – Pour les sorties payantes, inscription validée une fois le bon de transport retiré en mairie.

➔ Comment annuler l'inscription ?

Activités gratuites : merci de prévenir le CCAS en cas de désengagement.

Activités payantes : annulation possible jusqu'à 7 jours avant l'activité. Passé ce délai, elles seront facturées.

Programme présenté sous réserve de la situation sanitaire et du nombre d'inscrits.

«MobiCité» - Régie des quartiers

Réservé aux seniors, «MobiCité» est un service de transport accompagné par la Régie des quartiers.

Adhésion et service de déplacement :

☎ 01 39 47 60 35.

Tickets à acheter au 9, rue Parmentier ou directement au conducteur.



CCAS

Hôtel de ville

6, avenue Gabriel-Péri

Horaires :

Lundi et jeudi de 13 h 30 à 18 h,

Mardi et mercredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 18 h,

Vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h.

☎ 01 79 87 62 25 / 01 79 87 62 15.