Guide des ANIMATIONS séniors



Chères Sevranaises, Chers Sevranais,

Voici le tout nouveau guide des activités séniors 2023-2024, et c'est une année très active qui se profile! Nous avons écouté vos suggestions pour construire, avec le service Sevran-Séniors, un programme qui vous ressemble.

Notre souhait : que chacun et chacune puisse profiter de temps de loisirs, que vous puissiez vous rencontrer et participer aux animations, très diverses, que nous proposons dans notre ville comme dans des contrées bien plus lointaines. A Sevran, vieillir est synonyme de découvrir, s'enrichir, s'épanouir!

Au menu cette année : de la culture, évidemment, avec de la danse ou du jazz à Sevran, un spectacle équestre à Chantilly, et des sorties musée et concerts à Paris ; du sport et des découvertes aussi, entre les passages couverts de Paris, le musée de la grande guerre de la Marne, ou la cité des évêques à Meaux. Nous ne manquerons pas de nous retrouver, comme à notre habitude, mais toujours avec plaisir, lors de nos différents banquets qui rythment en fête notre année.

Une nouveauté cette année : nous vous donnons rendez-vous au 1er forum séniors, du 20 au 22 septembre, pour que vous puissiez choisir en vrai les activités qui rythmeront votre année. Et pour les retardataires, pas d'inquiétude, la porte de Sevran-Séniors est toujours ouverte pour vous inscrire. Peut-être en profiterez-vous pour glisser une nouvelle suggestion dans la boite à idées ? Qui sait, elle pourrait être retenue pour les sorties surprises que nous vous réservons encore cette année!

A très bientôt!

Stéphane Blanchet, Maire de Sevran Vice-président du conseil départemental de Seine-Saint-Denis **Sébastien Bastaraud,** Adjoint au Maire en charge de la mémoire et du lien intergénérationnel



SOMMAIRE

LES GRANDS RENDEZ-VOUS	4	
LES SORTIES	9	
LES SÉJOURS	16	
LES ATELIERS ET COURS	18	
LES PÔLES SÉNIORS	22	
LES ADRESSES UTILES	26	
FICHE DE RENSEIGNEMENTS	27	

LES GRANDS RENDEZ-VOUS

Odysée 2023 Ouverture de saison du Théâtre de la Poudrerie



SAMEDI 16 SEPTEMBRE

À partir de 16h sur le parvis du gymnase Victor-Hugo / Canal de l'Ourcg Pour la 4^{ème} année consécutive, la saison de la Poudrerie s'ouvre avec une

iournée festive au bord du canal de l'Ourcg : animations, spectacle-concert, bal festif, pétangue, parade sur l'Ourcq...

Renseignements au 01 41 52 43 34

Jour de fête 2023

SAMEDI 23 SEPTEMBRE

À la Cité des Sports

- De 14h à 18h : présentation de la nouvelle programmation 2023/2024 de Sevran-Séniors
- Dès 21h : feu d'artifice géant de début de saison Entrée libre



Le théâtre Louis-Blésy - La comédie du bonheur Animation surprise retenue dans la boîte à idées

VENDREDI 20 OCTOBRE

À 15h au Pôle séniors Louis-Blésv

Vous avez déià vu un auteur qui essaie de parler de son travail. c'est assez drôle ... en fait, un auteur (celui-là même qui rédige ce petit texte de présentation de son spectacle) ne sait jamais vraiment ce qu'il écrit ... et un auteur drôle, c'est encore pire...déjà que ... quand il joue son propre texte, il est effaré.

Tarif: 7,15 € (Sevranais ou adhérents carte Ikaria) ou 8,15 € (hors commune) - Buvette prévue par l'UNRPA Ouvert à tous - Sur inscription dès le 10 octobre

Semaine bleue 2023

VIEILLIR ENSEMBLE, UNE CHANCE À CULTIVER Du 2 au 8 octobre

La Semaine bleue est un événement annuel d'envergure nationale qui vise à mettre les séniors à l'honneur au travers d'animations qui leurs sont dédiées.



ATELIER « BIEN SUR INTERNET »

Présentation le mercredi 27 septembre à 14h à la résidence autonomie les Glycines

Séances de 14h30 à 16h30 : 4, 11 et 18 octobre, 8, 15, 22 et 29 novembre, 6 décembre, 10 et 17 janvier et le 3 avril pour bilan Gratuit - Sur inscription le mercredi 27 septembre

BALADE CONTÉE BLEUE PARTICIPATIVE MARDI 3 OCTOBRE

À 14h - Départ de la médiathèque Albert-Camus

En partenariat avec Sentiers ARS et le réseau des bibliothèques. Bien vivre avec son corps en lui conservant ses capacités et notamment la motricité garante de la mobilité qui constitue le principal facteur d'autonomie et de lien social, c'est tout le sens de cette « balade contée Bleue » bénéfique pour la santé physique comme pour le mental.

Gratuit - Sur inscription dès le 29 septembre

ATELIER CRÉATIF ET PARTICIPATIF MARDI 3 OCTOBRE

À 14h au Pôle Séniors le Bois-du-Roi

Une démarche participative en concevant les décorations de tables pour le traditionnel banquet bleu.

Gratuit - Sur inscription dès le 29 septembre

ATELIER « BIEN VIEILLIR ET PRÉVENTION » Mardi 3 octobre

À 18h au Pôle Séniors Louis-Blésy

Cette conférence a pour objectif de faire le point des connaissances actuelles sur les modalités de prévention des effets du vieillissement

Intervenant : Docteur Samir Tine, praticien hospitalier gériatre, chef de service de médecine gériatrique sur les hôpitauxl Avicenne et René-Muret. Également vice-président de la CMEL des hôpitaux universitaires Paris-Seine-Saint-Denis.

Gratuit - Entrée libre

LOTO D'AUTOMNE INTERGÉNÉRATIONNEL MERCREDI 4 OCTOBRE

À 14h à la résidence autonomie les Glycines

25 parties pour avoir la chance de remporter de nombreux lots magnifiques, y compris un tirage gratuit pour vos petits-enfants. Collation offerte

Tarif : 4,20 € le carton - 15,60 € les 5 cartons Sur inscription dès le 27 septembre

ATELIER ART FLORAL

MERCREDI 4 OCTOBRE

De 14h à 16h - à l'Ehpad Korian Marisol

En partenariat avec l'ASVVVI

Découvrez le pouvoir apaisant des fleurs lors de nos séances d'art floral en EHPAD. L'atelier adapté aux résidents de l'EHPAD offre détente, stimulation des sens et échanges sociaux.

Gratuit

RANDO BLEUE - LE PARC DÉPARTEMENTAL DES CHANTERAINES Jeudi 5 octobre

8h50 - 1er départ en car

En partenariat avec Sentiers ARS

Avec la Seine comme fil conducteur, une randonnée, d'Épinay à Villeneuve la Garenne à travers les parcs qui la bordent...

Tarif: 10 € - Sur inscription dès le 28 septembre

BANQUET BLEU

VENDREDI 6 OCTOBRE

À 19h à la salle des fêtes Bienvenue au cabaret « Sevran-Séniors » pour notre incroyable « Banquet Bleu » ! Au programme : un festin succulent, un spectacle captivant et une ambiance des plus envoûtantes. Enfilez

au « Banquet Bleu » ! Dress code (tenue souhaitée) : tout en bleu Tarif : 21,40 € (Sevranais) et 38,80 € (hors commune)

votre tenue bleue et rejoignez-nous pour une soirée mémorable

Sur inscription (voir page 18)

LES GRANDS RENDEZ-VOUS



8ème Fête de la châtaigne

VENDREDI 10 NOVEMBRI

De 16h à 21h sur la Place Adélaïde-Dufrenoy (quartier Westinghouse)

Dégustation gratuite de châtaignes grillées et après-midi dansant en présence de danseurs talentueux, prêts à vous entraîner dans des pas endiablés et à vous faire vivre des moments de joie et de complicité.

En partenariat avec le restaurateur portugais « Le 28/10 »

Entrée libre - Ouvert à tous



Banquet du monde combattant

SAMEDI 11 NOVEMBRE

- À 10h30 à la salle du conseil : commémoration de la victoire et de la paix 105^{ème} Anniversaire de l'Armistice et d'hommage à tous les morts pour la France
- À 12h30 à la salle des fêtes : banquet En partenariat avec les associations d'anciens combattants Plus d'information sur le SLJ d'octobre

Inscriptions au banquet des séniors 2024

MARDI 12 DÉCEMBRE ET MERCREDI 13 DÉCEMBRE 2023

Stéphane Blanchet, Maire de Sevran et vice président du Conseil départemental de Seine-St-Denis et la Municipalité vous invitent à leur traditionnel banquet des séniors. Vous êtes nouveau retraité! Ce sera pour vous l'occasion de venir rencontrer toute l'équipe dynamique de Sevran-Séniors. Pour votre inscription, vous munir de votre pièce d'identité, justificatif de domicile, notification de retraite ou attestation de paiement. Ces documents sont indispensables pour votre inscription. Possibilité de réserver votre table avec vos amis(es) à condition que vous ayez tous leurs documents.

Ouvert à tous les retraités sevranais de 60 ans et plus.

Inscriptions:

- Mardi 12 décembre dès 13h30 pour les journées du mardi 27 et mercredi 28 février 2024
- Mercredi 13 décembre dès 13h30 pour les journées du jeudi 29 février et vendredi 1er mars 2024
- Suite des inscriptions dès le 15 décembre à partir de 13h30 à Sevran-Séniors





Marché de Noël 2023

VENDREDI 15 ET SAMEDI 16 DÉCEMBRE

Sur la place Gaston-Bussière

Des animations gratuites pour tous : maison du Père Noël, balade à dos de poneys, parcours en calèche... Et final avec le feu d'artifice de Noël! Plus d'info dans le SLJ de novembre

Distribution du colis festif de fin d'année

MERCREDI 20 DÉCEMBRE

De 14h à 18h à la salle des fêtes

Inscriptions au CCAS (01 49 36 51 95) muni de votre avis de non-imposition 2023 et de votre pièce d'identité avant le 31 octobre. Toute l'équipe du CCAS vous accueillera dans une

ambiance festive et chaleureuse. N'oubliez pas de vous munir de votre justificatif pour retirer votre colis destiné aux séniors non-imposables.

Possibilité de réserver Allô Chauffeur si nécessaire.



Banquet de Noël « Noël en blanc »

VENDREDI 22 DÉCEMBRE

A 12h à la salle des Fêtes

En partenariat avec l'UNRPA

Mis à l'honneur par Monsieur Eddy Barclay dans sa villa de Ramatuelle, les banquets « en blanc » font désormais partie des incontournables événements à la mode. Cette année, venez assister à un voyage féerique à travers le monde. De l'est à l'ouest un moment de découverte. De la Russie à l'Amérique en passant par l'Inde, le Japon, le Carnaval du Brésil, pour se terminer en Europe. Un déferlement de costumes, de couleurs et de joie.



Spectacle suivi d'un bal. Une coupe de bulles vous sera offerte par notre partenaire l'UNRPA.

Tarifs: 24,50 € (Sevranais) et 49 € (hors commune)

Sur inscription (voir page 18)

LES GRANDS RENDEZ-VOUS



Animation surprise 2ème semestre

Une date importante à retenir : le vendredi 29 mars. Sevran-Séniors vous invite à partager vos idées d'activités ponctuelles adaptées à vos envies. Rendez-vous sur place du mardi au vendredi de 13h30 à 17h45 pour proposer vos suggestions. Ne manquez pas cette occasion de contribuer à des événements uniques et mémorables. Ensemble, créons des moments d'émerveillement et de partage.

Commémorations

79èME ANNIVERSAIRE DE LA LIBÉRATION DE SEVRAN

Dimanche 3 septembre - 10h devant la salle du conseil

22^{ème} anniversaire de la journée nationale d'hommage aux harkis et aux autres membres de formations Supplétives

Dimanche 24 septembre - 18h au cimetière

HOMMAGE AUX ANCIENS COMBATTANTS DE 1870/14-18/39-45/ L'ALGÉRIE ET CARRÉ MILITAIRE AVEC QUÊTE AUX PORTES DU CIMETIÈRE

Organisé par l'association Le Souvenir Français Mercredi 1er novembre - 10h30 au cimetière

COMMÉMORATION DE LA VICTOIRE ET DE LA PAIX - 105ème anniversaire de l'armistice et d'hommage à tous les Morts pour la france

Samedi 11 novembre - 10h30 devant la salle du conseil

HOMMAGE AUX VICTIMES DES ATTENTATS DU 13 NOVEMBRE 2015, PATRICIA SAN MARTIN ET SA FILLE ELSA DELPLACE Lundi 13 novembre – 11h sur le parvis du Centre Administratif Paul-Eluard

LES SORTIES**

** Attention : les sorties, les inscriptions, les événements et les horaires sont fournis à titre indicatif et sont sujets à des modifications éventuelles. Des changements peuvent survenir en cas de mauvaises conditions météorologiques, d'état d'urgence sanitaire, d'un faible nombre de participants ou pour des raisons liées à nos services. Nous vous invitons à rester informé(e) et à vous tenir au courant des éventuelles modifications qui pourraient survenir. Vous voulez visiter des monuments, assister à des spectacles, nous vous invitons à découvrir nos propositions en fonction de votre mobilité.

Château de Chantilly et son spectacle équestre (60)



JEUDI 14 SEPTEMBRE

Sortie iournée

Participez à une visite guidée du musée du cheval et des grandes écuries puis profitez d'un repas au restaurant « Le Dragon » avec son buffet à volonté. Ensuite, laissez-vous emporter par le spectacle « TOTEM », la nouvelle création de la compagnie équestre du château, qui célèbre le cheval et les peuples cavaliers. Ce spectacle vous émerveillera avec ses danses, ses voltiges, ses musiques envoûtantes et ses costumes flamboyants. Après le spectacle, visitez librement le château de Chantilly puis terminez par une agréable promenade dans le parc du château.

8h30 - 1er départ en car - Sur inscription

Tarif: 51 €

Spectacle Dance N' Speak Easy (93)

Ouverture de la saison culturelle

VENDREDI 22 SEPTEMBRE

Sortie soirée

Dans cette pièce, le chorégraphe Njagui Hagbé et le metteur en scène Philippe Lafeuille ont imaginé un cocktail inattendu, associant danse et burlesque. Plusieurs styles s'y côtoient, mais déstructurés et adaptés aux danses swing des années 20-30. Autour de la House dance, du charleston, du breakdance, du lindy hop, du hip-hop, Dance N' Speak Easy replonge le spectateur dans les années troubles de la Prohibition aux États-Unis. En revisitant cet univers équivoque et vivifiant, le groupe propose une signature artistique originale à tous les degrés du spectacle.



20h30 - Salle des fêtes de Sevran - Sur inscription au service culturel ou sur place - Tarif réduit : 5 €

Bowling (77)

JEUDI 28 SEPTEMBRF

Sortie journée

Profitez d'une journée agréable en vous rendant au restaurant «Le Pacific» pour déguster un délicieux déjeuner avec son buffet à volonté. Ensuite, laissez-vous entraîner dans des parties de bowling au Speed Park, équipé des dernières technologies de scoring et d'assistance de jeux avec des boules légères. C'est l'occasion parfaite de passer du bon temps et de profiter d'une expérience divertissante.

10h30 - 1er départ en car - Sur inscription - Tarif : 39,50 €

LES SORTIES**

Musée d'art moderne (75)



VENDREDI 6 OCTOBRE

Sortie demi-journée

Partez à la découverte de l'œuvre du célèbre peintre Nicolas de Staël lors d'une visite de la grande rétrospective organisée au Musée d'Art Moderne. Ensuite, participez à des ateliers ludiques où nous explorerons les techniques artistiques utilisées par l'artiste. Vous aurez l'occasion d'expérimenter différentes techniques telles que le fusain et la peinture au couteau. Plongez dans l'univers créatif de Nicolas de Staël et laissez libre cours à votre imagination artistique. Prévoyez votre sandwich

Réservé aux adhérents de l'atelier artistique 1^{er} cycle (Poulbot) 9h - 1^{er} départ en car - Sur inscription à partir du 26 septembre

80 Minutes - Orchestre Symphonique Divertimento (93)

VENDREDI 6 OCTOBRE

Sortie soirée

À l'occasion de la Coupe du Monde de rugby qui aura lieu en France en 2023 (8 septembre - 28 octobre), l'Orchestre symphonique Divertimento propose avec ce concert une expérience originale et immersive sur le thème de la rencontre entre la musique et le sport, spécifiquement autour du rugby. Par ses différents rythmes, allant des temps forts aux temps faibles, phases statiques ou en mouvement, l'orchestre parcourt une partition musicale où chaque joueur, tel un musicien, tient sa place, son poste, afin que l'équipe joue à l'unisson le match. « 80 minutes » nous invite au voyage à travers entre autres le Boléro de Ravel, le haka traditionnel néo-zélandais, du gospel, des chants populaires irlandais, canadiens et sud-africains.



20h30 - Cité des sports Gaston-Bussière

Sur inscription au service culturel ou sur place - Tarif réduit : 6 €

La Maison Caillebotte (91)



JEUDI 12 OCTOBRE

Sortie journée

Entre 1860 et 1879, cette demeure et son jardin étaient la résidence de la famille Caillebotte. C'est ici que Gustave Caillebotte a exercé son art et créé plus de 80 tableaux remarquables. Lors de la visite guidée de la maison Caillebotte, vous aurez l'occasion de découvrir son intérieur restauré selon l'époque du peintre, de vous plonger dans l'atmosphère d'une maison de villégiature de la fin du XIX^{ème} siècle et d'explorez la vie de l'artiste, de sa famille et de leurs passions. Après la visite, vous pourrez savourer un déjeuner au restaurant et profiter d'une visite libre du parc ou de la maison Caillebotte.

7h30 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 27 septembre

Tarif: 39 €

Concert hommage au 60^{ème} anniversaire de la disparition d'Édith Piaf (92)



MARDI 17 OCTOBRE

Sortie soirée

« Piaf Symphonique » joue un rôle essentiel dans la préservation du précieux patrimoine musical français, admiré à travers le monde. Le public aura le privilège d'apprécier l'une des voix les plus magnifiques, celle d'Isabelle Boulay, qui maîtrise à la perfection un répertoire d'exception. Les arrangements spécialement conçus pour un orchestre symphonique sont l'œuvre de Nobuyuki Nakajima, l'un des musiciens les plus talentueux de sa génération. Récemment, il a réalisé l'éblouissant Gainsbourg Symphonique. Prévoyez votre sandwich.

17h40 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 29 septembre

Tarif : 40 € en catégorie 2

Spectacle « Mamma Mia » (75)

VENDREDI 27 OCTOBRE

Sortie soirée - accessible aux PMR

Pour célébrer le mariage de sa fille Sophie, qu'elle a élevée seule, Donna a invité Rosie et Tanya, ses deux plus proches amies avec qui elle formait jadis le trio « Donna et les Dynamos ». Quant à Sophie, elle se lance à la recherche de son père inconnu pour la mener à l'autel. Elle lit le journal intime de sa mère Donna et y découvre trois pères potentiels parmi ses anciens amants qu'elle invite en cachette à la cérémonie... Venez vivre cette comédie musicale en direct avec un orchestre, adaptée en français, et plongez dans un tourbillon de joie, d'amour et de musique enivrante. Prévoyez votre sandwich.



17h - 1er départ en car - Sur inscription dès le 10 octobre

Tarif: 40 € en catégorie 2

Concert événement Disney pour ses 100 ans (92)



DIMANCHE 12 NOVEMBRE

Sortie demi-journée intergénérationnelle

Plongez au cœur de la magie Disney et redécouvrez les classiques intemporels dans l'incroyable Paris La Défense Arena. Laissez-vous transporter par les mélodies légendaires, magnifiées par un orchestre philharmonique de plus de 100 musiciens, accompagné de 350 choristes, danseurs, chanteurs solistes et les voix officielles Disney. Un spectacle à couper le souffle qui émerveillera petits et grands. Prévoyez simplement un sandwich pour profiter pleinement de cette expérience magique.

11h30 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 19 octobre

Tarifs: 40 € adultes / 20 € petits-enfants (- 18 ans)

LES SORTIES **

Beaujolais Nouveau au cabaret «La belle époque» (80)

JEUDI 16 NOVEMBRE

Sortie iournée

Dès que vous franchirez les portes de ce cabaret empreint d'histoire. vous serez immédiatement captivé par son cadre authentique et son ambiance

artistique. Vous serez témoin de performances époustouflantes, assurées par des artistes renommés, qui vous laisseront sans voix. De plus, vous aurez l'occasion de déguster une délicieuse cuisine du terroir picard, sublimée par l'accord parfait avec le beaujolais nouveau 2023. Une expérience unique alliant arts de la scène et plaisirs qustatifs vous attend, prête à émerveiller tous vos sens.

8h30 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 18 octobre

Tarif : 49 €.





Sortie mémoire «Bataille de la Marne» (77)

JEUDI 23 NOVEMBRE

Embarquons dans un car pour un fascinant circuit sur les traces de la bataille de la Marne. Cette journée riche en histoire débutera par une exploration des sites emblématiques liés à cet événement

majeur. Après cette immersion captivante, nous prendrons place au restaurant « A la Fabrik » pour un déjeuner gourmand et revigorant. Ensuite, nous clôturerons cette journée mémorable par une visite quidée du Musée de la Grande Guerre à Meaux, où nous plongerons au cœur de cette période cruciale de l'histoire. Un programme soigneusement concu pour allier découverte, gastronomie et émotion, vous promettant une expérience inoubliable.

7h30 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 17 octobre

Tarif : 45 €

Les 100 ans de Disney sur glace (75)



SAMEDI 9 DÉCEMBRE

Sortie soirée

Plongez dans l'univers enchanteur de Disney en assistant au tout nouveau spectacle intitulé « Crois en tes rêves ». Laissez-vous transporter dans un monde merveilleux où les personnages emblématiques prennent vie sous vos yeux émerveillés. Vaïana, Miguel, le musicien de Coco, les princesses Raiponce, Cendrillon, Belle et Ariel, mais aussi Anna et Elsa de la Reine des Neiges. Des moments magigues et des émotions intenses en perspective. Prévoyez votre sandwich.

11h30 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 22 novembre Tarifs: 39 € adultes / 19.50 € petits-enfants (-18 ans) en catégorie 1

Sortie de Noël (75)



JEUDI 14 DÉCEMBRE

Sortie soirée

Profitez d'une journée magique en visitant le marché de Noël. Dégustez un délicieux dîner au restaurant « La Fontaine » et terminez en beauté avec une coupe de champagne près de la Tour Eiffel. Une journée inoubliable mêlant ambiance festive et plaisir gastronomique.

15h - 1er départ en car - Sur inscription dès le 28 novembre

Tarif:42 €

Musiques du monde - jazz (93)

VENDREDI 12 JANVIER

Sortie soirée

Pianiste d'origine arménienne, André Manoukian s'associe avec son trio à la chanteuse à la voix enchanteresse Dafné Kritharas pour une invitation à voyager vers le Levant où le jazz atmosphérique s'enrichit de sons balkaniques. Les compositions d'André Manoukian, influencées par la musique de ses ancêtres sont une véritable immersion dans un univers aux sonorités d'Orient.

Depuis 10 ans, fidèle à la même équipe de musiciens, André Manoukian se réoriente sur une carte du tendre vers l'Arménie de ses ancêtres. Anouch a inspiré la chanson qui donne son titre à l'album. C'est une marche. Et ça tombe bien, Anouch était une randonneuse. Anouch était sa grand-mère. En 1915, elle a parcouru à pied 1000 km d'Amasya à Deir ez-Zor.

20h30 - Salle des fêtes de Sevran - Sur inscription au service culturel ou sur place - Tarif réduit : 10 €



La cité des Évêques et la Fromagerie Saint-Faron (77)



JEUDI 25 JANVIER

Sortie journée

La cité épiscopale de Meaux est un joyau architectural unique en Île-de-France. Son origine remonte à l'époque de la christianisation de Meaux, mais c'est à partir du XIIº siècle que son histoire devient particulièrement bien documentée. Vous aurez l'opportunité de découvrir ce patrimoine exceptionnel lors d'une visite guidée, qui vous plongera au cœur de son riche passé. Après cette visite enrichissante, vous dégusterez un délicieux déjeuner au restaurant avant de poursuivre l'expérience avec une visite guidée et une dégustation à la fromagerie Saint-Faron. Cette journée promet de combler vos sens et de vous faire voyager à travers l'histoire et les saveurs de Meaux.

8h - 1er départ en car - Sur inscription dès le 15 décembre

Tarif: 46 €

LES SORTIES **

Sorties surprises 2ème semestre 2023/2024

Exprimez vos envies et partagez vos idées de sorties qui vous correspondent le mieux avec la boîte à idées participatives de Sevran-Séniors. Que ce soit des visites culturelles, des soirées au cabaret, des spectacles de cirque, des escapades régionales, des repas dansants, des marchés de Noël ou des salons d'expositions, toutes les suggestions sont les bienvenues.

Rendez-vous à Sevran-Séniors du mardi au vendredi de 13h30 à 17h45 pour partager vos idées et les poster.

Votre contribution compte!



Randonnées 10 kms

UNE FOIS PAR MOIS

Sortie à la iournée

En partenariat avec Sentiers ARS - http://sentiersars.free.fr/

Tarif: 10 € la sortie

N'oubliez pas d'apporter votre pique-nique et une quantité suffisante d'eau pour la randonnée. L'association Sentier ARS vous recommande d'avoir les équipements suivants : des chaussures de randonnée, des bâtons de marche (en cas de besoin), des vêtements de pluie et des gilets fluorescents. Certificat médical obligatoire de moins de 6 mois sauf pour les adhérents à l'Association Sentiers ARS, fournir uniquement la carte d'adhésion en cours de validité.



RANDO BLEUE Le parc départemental des chanteraines (92)

Jeudi 5 octobre - Dans le cadre de la semaine bleue 2023 Laissez-vous guider le long de la Seine, de Épinay à Villeneuve-La-Garenne, à travers les parcs qui l'accompagnent et découvrez une randonnée exceptionnelle.

8h50 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 28 septembre



DE RENTILLY À BUSSY-SAINT-GEORGES (77)

Jeudi 9 novembre

Partez du parc du Château de Rentilly pour une agréable promenade au cœur de la Vallée de la Brosse. Vous découvrirez le charmant Moulin Russon, le vieux village de Bussy-Saint-Georges ainsi que sa nouvelle ville.

8h50 - 1er départ en car - Sur inscription dès le 20 octobre



PARIS ET SES PASSAGES COUVERTS (75)

Jeudi 7 décembre

Partez pour une balade hivernale à travers Paris, de la Gare du Nord à Châtelet, et découvrez une sélection de passages couverts créés à l'origine pour favoriser le commerce. Ensuite, profitez d'un déjeuner dans une brasserie pour vous restaurer et reprendre des forces.

8h30 - Départ en RER - RDV à l'entrée principale de la gare de Sevran/Livry - Tarif : 20 € - Sur inscription dès le 24 novembre



BERCY ET LES JARDINS DU LUXEMBOURG (75)

Jeudi 18 janvier

Partez pour une balade le long de la Seine, découvrez l'histoire fascinante de Bercy autrefois un vaste entrepôt de vin au 18^{ème} siècle. Notre parcours nous conduira du parc de Bercy au jardin du Luxembourg, en traversant en grande partie le 13^{ème} arrondissement de Paris

8h30 - Départ en RER - RDV à l'entrée principale de la gare de Sevran/Livry - Sur inscription dès le 8 décembre



EN PRATIOUE

Trois points de ramassage pour nos sorties extérieures sont proposés :

- 1. Parking de co-voiturage, où vous avez la possibilité si vous le souhaitez d'accompagner vos amis et de stationner gratuitement vos véhicules durant la sortie avant de monter dans le car (3, rue Jean-Moulin)
- 2. Place Crétier (8, rue Roger-Le-Maner) Attention, la place Crétier sera en travaux de septembre à décembre 2023, sans possibilité d'y stationner.
- 3. Glycines (1, avenue Salvador-Allendé)

Nous indiquons l'heure du 1er départ à titre indicatif

LES SÉJOURS

Découvrez nos séjours spécialement conçus pour vous dans le cadre des programmes Séniors en Vacances, Intergénérationnels et aidants/aidés. Ces séjours sont ouverts non seulement à vous, mais aussi à vos enfants, petits-enfants et à toute votre famille, dans une ambiance chaleureuse et intergénérationnelle. Bénéficiez de tarifs préférentiels grâce au programme ANCV Séniors en Vacances, soutenu par l'ANCV et le secrétariat d'État au tourisme.

Les personnes non imposables et/ou en situation de handicap peuvent bénéficier d'une aide financière de 194 € de l'ANCV. Pour plus d'infos, visitez le site https://www.ancv.com/seniors-en-vacances.

Ouvert aux Sevranais(es) et aux bénéficiaires de la carte séniors du département de la Seine-Saint-Denis Ikaria Une seule inscription par personne, par année civile et par type de séjour.

SÉJOURS INTERGÉNÉRATIONNELS



Cap sur l'Egypte - Croisière sur le Nil

8 jours / 7 nuits - En partenariat avec l'UNRPA

Plongez au cœur de l'Egypte et de ses trésors incomparables : les charmes envoûtants du Nil majestueux, du désert mystérieux, de la mer Rouge étince-lante mais aussi l'héritage fascinant et énigmatique de la civilisation antique des Pharaons. Embarquez pour une aventure extraordinaire à la découverte

des temples mythiques. Parcourez les ruines des cités anciennes et laissez votre imagination recréer les scènes de la vie quotidienne de l'époque. L'Egypte vous promet une immersion totale dans un monde d'énigmes, de légendes et de mystères. Ouvert aux grands-parents, enfants et/ou petits-enfants sevranais(e)s et carte lkaria

Réunion de présentation le mardi 28 novembre à 14h au Préau Crétier - 5 rue Roger-Le- Maner.

Inscriptions le mercredi 29 novembre au Préau Crétier dès 13h30

Tarif: 1720 € tout compris, payable en plusieurs fois

Cap sur l'Italie - Trésors des Pouilles

DU 21 AU 29 MAI 2024

9 jours / 8 nuits - En partenariat avec Style Danse 93

Une expérience unique alliant culture, rencontres, saveurs et paysages époustouflants dans une région méconnue d'Italie. Des visites culturelles (De Naples aux ruines de Pompéi, en passant par le château de Castel Del Monte, la ville culturelle d'Altamura, de Matera et ses maisons troglodytes inscrites au patrimoine mondial de l'UNESCO, les ruelles pittoresques



de Bari, la charmante ville d'Otrant et tant d'autres joyaux, sans oublier, les célèbres «Trulli» d'Alberobello) mais aussi des moments insolites et gourmands : visite d'une exploitation d'huile d'olive, d'une fromagerie, cours de cuisine italienne, dégustation de fromages et de plats typiques de la région. Ouvert aux grands-parents, enfants et/ou petits-enfants sevranais(e)s et carte lkaria

Réunion de présentation le mardi 28 novembre à 14h au Préau Crétier - 5 rue Roger-Le-Maner. Inscriptions le mercredi 29 novembre au Préau Crétier dès 13h30 - Tarif : 1650 € tout compris, payable en plusieurs fois

SÉJOURS INTERGÉNÉRATIONNELS : IL RESTE DES PLACES!



Cap sur Cuba

DU 25 AVRIL AU 5 MAI 2024 11 jours / 9 nuits - En partenariat avec l'UNRPA

Cuba, la plus grande île des Antilles avec 7000 Km de côtes, est un archipel constitué par une île principale du même nom, elle possède 289 plages de sable et 1600 îles et îlots appelés cayos. Ensoleillée plus de 200 jours par an, cette île au climat si agréable permet de profiter des plages en toute saison. La diversité des paysages, l'éclat des couleurs et la variété de ses fruits vous emporteront dans un havre de paix qui vous assurera évasion et détente.

Ouvert aux grand-parents, enfants et/ou petits-enfants sevranais(es) ou carte Ikaria Tarif: 2564 € tout compris, payable en plusieurs fois Contacter Sevran-Séniors au 01 41 52 47 50

Cap sur la Grèce, ses sites antiques et le cap Sounion

DU 4 AU 11 JUIN 2024 8 jours / 7 nuits - En partenariat avec l'UNRPA

Le drapeau de la Grèce flotte fièrement avec ses cinq bandes qui évoquent le vaste ciel et les cinq mers scintillantes : la Méditerranée, l'Ionienne, du Dodécanèse, l'Égée et la Thrace. En Grèce continentale, laissez-vous séduire par la diversité de ses régions envoûtantes : la mystérieuse Thrace, la majestueuse Macédoine, l'authentique Épire, la féerique Thessalie, la vibrante Grèce centrale et le légendaire Péloponnèse. Quant aux îles, elles vous appellent dans leurs archipels enchanteurs : les îles Ioniennes, où le bleu azur rencontre la



verdure luxuriante ; les îles des Sporades, havre de paix préservé ; les îles de la mer Égée, berceau de la mythologie grecque ; les îles du Dodécanèse, joyaux aux eaux cristallines ; les îles des Cyclades, symboles d'élégance et de charme ; les îles du golfe Saronique, proches d'Athènes et pleines de surprises ; enfin, la Crète, île légendaire et pleine de contrastes. Laissez-vous transporter par la magie de la Grèce et embarquez pour une expérience inoubliable.

Ouvert aux grand-parents, enfants et/ou petits-enfants sevranais(es) ou carte Ikaria

Tarif: 1759 € tout compris, payable en plusieurs fois Contacter Sevran-Séniors au 01 41 52 47 50

Le Forum séniors

BIENVENUE AU 1^{ER} FORUM SÉNIORS!

Un événement exceptionnel qui vous réserve de belles surprises!

> Découvrez et inscrivez-vous aux activités proposées tout au long de l'année : sport, loisirs, culture

> Réservez vos places pour le banquet bleu en octobre et le banquet blanc en décembre

> Rencontrez l'équipe dynamique de Sevran-Séniors et faites connaissance avec d'autres personnes de votre âge et qui partagent vos centres d'intérêts

Du 20 au 21 septembre
 Rendez-vous au préau Crétier de 13h30 à 18h
 pour les inscriptions aux activités sportives

• Le 22 septembre

Rendez-vous au préau Crétier de 13h30 à 18h

- > pour les ateliers de loisirs
- > pour les banquets proposés dans les pôles séniors

A noter : si vous ne pouvez participer au forum, il sera toujours possible de se renseigner et de s'inscrire auprès de Sevran-Séniors à partir du 26 septembre.



Les ateliers

ATELIERS «TOUS AU NIIMÉRIOIIF»

Prendre en main un équipement informatique, naviguer sur internet, envoyer, recevoir, gérer ses courriels, installer et utiliser des applications sur son smartphone, apprendre les bases du traitement de texte... Que vous soyez grand débutant ou déjà familiarisé, les conseillers numériques vous expliquent tout!

Permanences les mardis de 9h à 12h30 au rez-de-chaussée de la Cité des sports - RDV au 01 41 52 47 11 - Laissez votre nom et n° de téléphone pour qu'un conseiller puisse vous rappeler et fixer un RDV

Gratuit - Sur inscription



ATFLIFRS ARTS PLASTIOUFS

En partenariat avec le Département Arts Plastiques de l'atelier Poulbot

L'atelier artistique accueille aussi bien les débutants que les personnes confirmées. Il offre une occasion d'éveiller notre regard artistique en découvrant ou redécouvrant des artistes, dans une démarche ludique de recherches et d'expérimentations. Cet atelier aborde différentes techniques telles que la peinture, le collage, le pastel, la gravure, le plâtre, le modelage et le papier mâché, permettant ainsi à chacun de s'exprimer librement et de développer sa créativité. Que vous soyez novice ou plus expérimenté, cet atelier offre une opportunité enrichissante de plonger dans l'univers artistique et de laisser libre cours à votre imagination.

1er cycle - Nicolas de Staël

Après avoir visité la rétrospective de Nicolas de Staël au Musée d'Art Moderne, nous plongerons dans un atelier ludique où nous explorerons ses œuvres et techniques artistiques.

Au programme : fusain, peinture au couteau et bien d'autres. Une expérience inspirante pour approfondir notre compréhension de cet artiste et exprimer notre créativité.

- Présentation du cycle aux 3 groupes du lundi et du vendredi : au Bois du Roi le lundi 25 septembre à 9h30 ou 14h
- Visite au Musée d'Art Moderne : le vendredi 6 octobre (voir page 10)

Les lundis à Poulbot de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h 9 et 16 octobre / 6, 13, 20 et 27 novembre / 4, 11 et 18 décembre Les vendredis au pôle séniors Le Bois du Roi de 10h à 12h 13 et 20 octobre / 10, 17 et 24 novembre / 1, 8, 15 et 22 décembre

Adhésion : 24,50 € pour le cycle incluant la visite Sur inscription dès le 26 septembre

2ème cycle - Le grand bain!

En collaboration avec la piscine de Sevran, nous participerons à un projet artistique original. À partir de photos de nageurs et en nous inspirant des représentations artistiques de la natation, nous créerons des collages joyeux et colorés de différentes tailles. Ce sera l'occasion de laisser libre cours à notre créativité et d'explorer de nouvelles formes d'expression artistique, tout en célébrant la beauté et la fluidité de la nage.

- Présentation du cycle aux 3 groupes du lundi et du vendredi : au Bois du Roi le lundi 8 janvier à 9h30 ou 14h
- · Visite de la piscine de Sevran au début du cycle : date à définir en janvier 2024

Les lundis à Poulbot de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h 22 et 29 janvier / 5 et 26 février / 4, 11, 18 et 25 mars Les vendredis au pôle séniors Le Bois-du-Roi de 10h à 12h 26 janvier / 2 et 9 février / 1, 8, 15, 22 et 29 mars

Adhésion : 24,50 € pour le cycle incluant la visite Sur inscription dès le 9 janvier

LES ATELIERS ET COURS*

Les cours de sport

En partenariat avec le service des Sports.

Certificat médical de moins de 6 mois obligatoire pour toute inscription.

Sur présentation de leur carte d'adhésion, les adhérents de l'association Sentiers ARS seront dispensés du certificat médical pour la pratique des marches santé et/ou nordique, balades contées et randonnées.

YOGA

Les lundis de 10h à 11h Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion: 20,40 € la mi-saison - Sur inscription

FOULLIBRE EN MOUVEMENT

Les lundis de 11h à 12h Au gymnase Victor-Hugo Gratuit - Sur inscription

DANSES DE SALON (niveau intermédiaire)

Les lundis de 20h à 21h Au gymnase Victor-Hugo NOUVEAU!

Adhésion: 40,80 € la saison - Sur inscription



DANSES ROCK ET SALSA (niveau intermédiaire)

Les lundis de 21h à 22h30 Au gymnase Victor-Hugo

NOUVEAU!

Adhésion : 40,80 € la saison - Sur inscription

SPORT SANTÉ

Les mardis de 10h à 11h Aux Glycines

Adhésion : 20,40 € la mi-saison - Sur inscription

GYMNASTIQUE DOUCE

Les mardis de 9h15 à 10h15 ou de 10h15 à 11h15 Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion: 40,80 € la saison - Sur inscription

AOUAGYM

Les mardis de 12h à 13h ou les vendredis de 12h à 13h À la piscine municipale Adhésion : 26.10 € la mi-saison - Sur inscription

MARCHE SANTÉ

En partenariat avec Sentiers ARS
Les mardis de 14h à 16h - Départ de Sevran-Séniors
Pour maintenir sa santé physique et mentale en douceur grâce à un rythme modéré.

Gratuit - Sur inscription pour la mi-saison 10 octobre / 7, 14 et 21 novembre / 5, 12 décembre / 16 et 23 ianvier

MARCHE NORDIOUF

En partenariat avec Sentiers ARS
Un mardi par mois de 14h à 16h - (groupe unique)
Départ du parking de la piscine municipale
La pratique de la marche nordique, qui utilise des bâtons, constitue l'activité en plein air parfaite pour retrouver la

constitue l'activité en plein air parfaite pour retrouver la forme et renforcer votre corps en sollicitant 80% de vos muscles.

17 octobre / 28 novembre / 19 décembre et 30 janvier

Gratuit - Sur inscription pour la mi-saison

BALADES CONTÉES

En partenariat avec Sentiers ARS et le réseau des bibliothèques

De 14h à 16h - Départ de la médiathèque Albert-Camus

Partez à la découverte de Sevran en vous laissant emporter par les mots lors d'une balade contée avec les bibliothécaires de la ville. Ces promenades littéraires pour prendre soin de sa santé en douceur tout en découvrant ou redécouvrant des textes sélectionnés par le réseau des bibliothèques.

Mardi 3 octobre dans le cadre de la semaine bleue (Inscriptions dès le 29 septembre) Mardi 9 janvier (Inscriptions dès le 6 décembre)

DANSES EN LIGNE (niveau débutant)

Les mardis de 18h à 19h Au gymnase Victor-Hugo Adhésion : 40,80 € la saison - Sur inscription

DANSES DE SALON (niveau débutant)

Les mardis de 19h à 20h Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 40,80 € la saison - Sur inscription

DANSES ROCK (niveau débutant)

Les mardis de 20h à 21h Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion: 40,80 € la saison - Sur inscription

DANSES SALSA ET BACHATA (niveau débutant)

Les mardis de 21h à 22h Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 40,80 € la saison - Sur inscription

PII ÂTFS

Les mercredis de 10h à 11h ou de 11h à 12h Les vendredis de 10h à 11h Au gymnase Victor-Hugo Adhésion : 40.80 € la saison - Sur inscription

VÉI O

Les jeudis de 10h à 11h30 Départ de Sevran-Séniors NOUVEAU!

19 octobre / 30 novembre / 21 décembre / 11 janvier Gratuit - Sur inscription

GYM SENIORS

Les jeudis de 16h à 17h Au gymnase Victor-Hugo Gratuit - Sur inscription

SÉANCES CARDIO

Les vendredis de 11h à 12h Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 20,40 la mi-saison - Sur inscription

NATATION

Apprendre à nager Les vendredis de 16h à 17h À la piscine municipale

Adhésion : 26,10 € la mi-saison - Sur inscription



NOUVEAU!

Veuillez noter que les ateliers, activités, sorties et horaires mentionnés sont donnés à titre indicatif et sont sujets à des modifications ou des annulations en fonction du nombre insuffisant de participants, des conditions météorologiques défavorables, de l'état d'urgence sanitaire ou de contraintes de service.

Pour la saison 2023/2024, Sevran-Séniors et ses partenaires garantiront leurs cours et ateliers jusqu'au 28 juin 2024 inclus. Il est possible de s'inscrire en cours d'année avec un tarif adapté au trimestre ou à la mi-saison.

*Hors congés scolaires

LES PÔLES SÉNIORS

Reprise dès le 3 octobre

Découvrez nos différents pôles séniors à Sevran, où une variété d'activités adaptées à vos intérêts vous attendent pour profiter pleinement de votre retraite. Des jeux de cartes au patchwork, en passant par les ateliers créatifs, les cafés des seniors en présence de nos élus et les activités intergénérationnelles, vous trouverez de nombreuses possibilités pour vous divertir. De plus, nous proposons des ateliers en numérique, des séances de cinéma adaptées aux seniors, des ateliers d'arts floraux et des ateliers de prévention. Rejoignez-nous dès maintenant pour explorer de nouvelles passions, tisser des liens précieux et profiter pleinement de cette nouvelle étape de votre vie.

Les inscriptions pour les activités des pôles séniors ci-dessous (hors tournois) se dérouleront au préau Crétier le 22 septembre de 14h à 18h. Les inscriptions se poursuivront dès le 26 septembre à Sevran-Séniors à partir de 13h30.

CAFÉ DES SÉNIORS

À 15h

Le Café des Séniors est un rendez-vous mensuel destiné aux personnes âgées de plus de 60 ans en situation d'isolement ou aux nouveaux retraités. Un lieu convivial où vous pouvez partager vos expériences et moments de vie dans une ambiance bienveillante accompagnée de café et gâteau. Nos élus locaux seront présents pour échanger avec vous sur des sujets importants concernant notre commune et qui vous tiennent à cœur.

13 octobre / 17 novembre / 1er décembre / 12 janvier Entrée libre - Le lieu sera indiqué sur le magazine de Sevran



Au pôle séniors Louis-Blésy

ATELIER PRÉVENTION SENIORS

NOUVEAU!

En partenariat avec l'association

AGIR ABCD (Actions de Bénévoles pour la Coopération et le Développement) dont l'un des axes majeurs d'activité est de faciliter le maintien de l'autonomie des séniors.

• Mercredi 22 novembre à 14h30 : déjouer les pièges de la consommation

Gratuit - Entrée libre

JEUX DE MÉMOIRE SCRABBLE LIBRE

Tous les jeudis dès 14h sauf les jeudis d'animation Jouer entraîne une stimulation cérébrale et des échanges favorisant l'ouverture aux autres. Gratuit - Sur inscription

JEUX DE CARTES

Tous les vendredis dès 14h sauf les vendredis de tournoi et d'animation

Rejoignez-nous pour partager vos connaissances ou apprendre à jouer à des jeux tels que la Belote, le Tarot, le Rami et bien d'autres encore. Venez profiter de ces moments conviviaux où vous pourrez échanger, vous divertir et découvrir de nouveaux jeux passionnants. Gratuit - Sur inscription

TOURNOIS DE BELOTE

Un vendredi par mois dès 14h

- 24 novembre : à la mêlée (sur insc dès le 7 novembre)
- 8 décembre : équipe choisie (sur insc dès le 30 novembre
- 19 janvier : à la mêlée (sur insc dès le 12 janvier) Tarif : 4.20 €

Au pôle séniors Le Bois du Roi

ATELIER MOSAÏOUE

Tous les mardis dès 14h

Développez votre concentration en favorisant la créativité! Tarif : 73,50 € la saison - Sur inscription



ATELIER CRÉATIF ET PARTICIPATIF

Un mardi par mois dès 14h

• 3 octobre : décoration table banquet bleu (sur inscr. Voir page 5)

• 14 novembre : confection oiseaux tropicaux (sur inscr. dès le 19 octobre)

• 5 décembre : téléthon (sur inscr. dès le 30 novembre)

• 9 janvier : les souris dansent (sur inscr. dès le 5 décembre) Gratuit

BILLARD FRANÇAIS

Tous les mardis dès 14h Gratuit - Sur inscription

ATFLIFR PATCHWORK

Un mardi par mois dès 14h

17 octobre / 21 novembre / 12 décembre / 16 janvier Gratuit - Sur inscription

JEUX DE SOCIÉTÉ LIBRE

Tous les mercredis dès 14h (hors tournoi) Gratuit - Sur inscription

PÉTANQUE LIBRE

Tous les mercredis dès 14h (hors tournoi) Gratuit - Sur inscription

TOURNOI DE PÉTANQUE

A 14h

De beaux lots à remporter, accompagné d'une collation

• 11 octobre

Tarif: 4,20 € la partie - Sur inscription

À VOTRE DOMICILE



Tous les mercredis, jeudis et vendredis à domicile ou en EPHAD de 10h à 12h

Pour combattre l'isolement des personnes âgées, nous organisons des activités collectives à domicile. Les équipes de Sevran-Séniors, accompagnées de jeunes animateurs enthousiastes du service civique, vous rendent visite pour partager des moments inoubliables. Au programme : jeux de société, ateliers créatifs, lectures à domicile et bien plus encore! En partenariat avec les commerçants locaux, nous vous offrons des viennoiseries et des fleurs pour apporter une touche de douceur à nos rencontres. Ne restez pas seuls, contactez-nous dès maintenant au 01 41 52 47 50 pour profiter de cette expérience intergénérationnelle pleine de vie et de joie!

Gratuit



LES PÔLES SÉNIORS

À la Résidence Autonomie Les Glycines

ATELIER « BIEN SUR INTERNET »

En partenariat avec le PRIF

Les ateliers « Bien sur internet », sont proposés en 10 séances d'une durée de 2h et ont pour objectif de permettre aux participants de se familiariser avec les outils et pratiques favorisant leur autonomie numérique.

- Présentation le 27 septembre aux Glycines à 14h
- 10 séances les 4, 11 et 18 octobre, 8, 15, 22 et 29 novembre, 6 décembre, 10 et 17 janvier 2024 et 03/04 pour bilan de 14h30 à 16h30 aux Glycines

Gratuit - Sur inscription le 27 septembre à l'issue de la présentation



À l' EHPAD Korian Marisol

ATELIER ART FLORAL

De 14h à 16h

En partenariat avec l'ASVVVF

- Mercredi 4 octobre (dans le cadre de la semaine bleue)
- · Mercredi 8 novembre
- Mardi 5 décembre thème Noël
 Gratuit Réservé aux résidents de l'Ehpad

CINÉ SENIORS - CHANGEMENT DE JOUR

Vivez une expérience cinématographique unique avec nos séances de ciné séniors sur grand écran. Plongez dans une ambiance nostalgique rappelant les cinémas d'antan, où vous pourrez profiter de pop-corn, de bonbons et de gâteaux pour retrouver le plaisir des moments passés. Revivez ces instants précieux d'autrefois et laissez-vous emporter par la magie du cinéma.

Un vendredi par mois dès 14h30 - Gratuit - Entrée libre

Vendredi 13 octobre

« Demain tout commence » de Hugo Gélin avec Omar Sy, Gloria Colston, Clémence Poésy (Comédie/Drame)

Vendredi 24 novembre

« Baby sitting » de Philippe Lacheau et Nicolas Benamou avec Philippe Lacheau, Gérard Jugnot, Clotilde Courau (Comédie)

Vendredi 15 décembre

« Tatie Danielle » d'Etienne Chatiliez avec Tsilla Chelton, Catherine Jacob, Eric Prat, Isabelle Nanty (Comédie)

• Vendredi 26 janvier

« Ténor » de Claude Zidi Jr avec Michèle Laroque, Mohammed Belkhir (Comédie)



À la maison de quartier Edmond-Michelet

Inscriptions sur place au 44, av. Salvador-Allende Ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30 (fermeture les mardis matin) Renseignements au 01 41 52 42 39

ATELIER COUTURE ET BIEN-ÊTRE

Tous les lundis de 13h30 à 16h et les mercredis de 9h à 12h



Rejoignez notre atelier de couture convivial, où vous pourrez échanger, découvrir et créer dans une ambiance chaleureuse.

Gratuit - Sur inscription

ATELIER MÉMOIRE

Tous les mercredis de 9h30 à 12h

Participez à notre atelier dédié à la mémoire, où vous pourrez travailler les « muscles » de votre cerveau de manière ludique et stimulante. Ces exercices spécialement conçus pour renforcer votre mémoire vous aideront à améliorer votre quotidien.

Gratuit - Sur inscription

SPORT SÉNIORS

Tous les vendredis de 10h40 à 11h40

Activités sportives adaptées aux capacités physiques des séniors.

Gratuit - Sur inscription

SENIOR'S CAFÉ

Un vendredi par mois de 9h30 à 11hPartager, rigoler, jouer, danser, se rencontrer...
Gratuit - Sur inscription

À la maison de quartier Rougemont

Inscriptions sur place au 8, quinquiès rue P.-Brossolette Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 20h30 (fermeture les mardis matin) Renseignements au 01 41 52 44 00

LES ATELIERS DU CINÉMA ANCIEN

Projection des films qui ont fait une époque, des films cultes, des films anciens ...

Renseignements et inscriptions à la maison de quartier.

SÉNIOR'S CAFÉ

Le lundi de 14h à 17h

Partager, rigoler, jouer, danser, se rencontrer... Renseignements et inscriptions à la maison de guartier

SORTIR À PARIS ET AILLEURS ...

Connaître la ville lumière, visites et activités insolites à Paris et ailleurs

Renseignements et inscriptions à la maison de quartier

À la maison de quartier Marcel-Paul

Inscriptions sur place au 12, rue Charles-Conrad Renseignements à la maison de quartier Marcel-Paul, du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30 (fermeture les mardis matin) ou par téléphone au 01 41 52 48 40.

LES ADRESSES UTILES

SEVRAN-SÉNIORS

17, rue Lucien-Sampaix 01 41 52 47 50 sevran-seniors@ville-sevran.fr Situé en centre-ville, proche de l'église St Martin.

Renseignements et inscriptions : Du mardi au vendredi de 13h30 à 17h45



PÔLE SÉNIORS LE BOIS-DU-ROI

17, allée de la Smala 01 43 85 43 85 Situé dans le quartier de Freinville, le pôle séniors du Bois-du-Roi offrant une multi-



tude d'activités pour les seniors : terrain de pétanque, salle de billard ou salle de cinéma.

ARCHIVES ET MÉMOIRES URBAINES

28, rue Henri-Becquerel - 01 41 52 45 02

ESPACE FRANÇOIS-MAURIAC

51, avenue du Général-Leclerc - 01 49 36 51 73

MÉDIATHÈQUE ALBERT-CAMUS

6, rue de la gare - 01 41 52 47 20

ATELIER POULBOT

18 bis, avenue Dumont-d'Urville - 01 41 52 44 45

UNIVERSITÉ PARTICIPATIVE INTER-AGES (UPI)

8, rue Roger-Le-Maner - 01 41 52 47 50

CITE DES SPORTS - STADE GASTON-BUSSIÈRE

34, rue Gabriel-Péri - 01 41 52 45 60

GYMNASE VICTOR-HUGO

34, bld de la République - 01 43 85 40 75

PISCINE MUNICIPALE

14, chemin de la Mare-aux-Poutres - 01 43 83 02 66

RÉSIDENCE AUTONOMIE Les glycines - l'amli

1, av. Salvador-Allende 01 41 52 40 40 Au cœur du quartier Montceleux Pont-Blanc, un lieu de vie chaleureux et convivial offrant un cadre familial pour profiter



de votre indépendance tout en bénéficiant d'un environnement sécurisé et confortable tout en ayant accès à des services et des installations qui favorisent votre bien-être.

PÔLE SÉNIORS Louis-Blésy

8, rue Roger-Le-Maner 01 41 52 49 60 Situé en centre-ville dans le même bâtiment que le Centre



Municipal de Santé, le pôle séniors Louis-Blésy est également un lieu de vie et de rencontre et dispose d'une salle commune (équipée d'une télévision et climatisée) et d'une cuisine moderne.

MICRO-FOLIF

14. avenue Dumont-D'Urville - 01 41 52 49 16

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

2, rue Paul-Langevin - 01 49 36 51 95

CENTRE MUNICIPAL DE SANTÉ

4, rue Roger-Le-Maner - 01 41 52 46 30

PRÉAU CRÉTIFR

5, rue Roger-Le-Maner - 01 41 52 49 00

SALLE DES FÊTES

9, rue Gabriel-Péri - 01 49 36 52 03

ALLÔ CHAUFFEUR

2, rue Paul-Langevin - 01 41 52 41 84 / 01 49 36 51 95

SALLE DORA BRUDER (WESTINGHOUSE)

2. rue Dora-Bruder

EHPAD KORIAN MARISOL

33. avenue Léon-Jouhaux - 01 49 36 40 40

FICHE DE RENSEIGNEMENTS

à Sevran-Séniors ou dans ses pôles séniors.

Nom et prénom :	
Nom de votre caisse de retraite :	
Secteur d'habitation Centre-ville Montceleux Pont-Blanc Les Trèfles Freinville / Westinghouse Rougemont Beaudottes Sablons Primevères / Savigny Perrin	
Sevran-Séniors - 17 rue Lucien-Samnaix - Tél : (01 <i>1</i> 1 52 <i>1</i> 7 50

Afin de pouvoir mettre à jour nos dossiers, merci de bien vouloir remplir cette fiche de renseignements et nous la remettre

27

