

Septembre 2020 > Janvier 2021

ANIMATIONS Loisirs séniors

Regarde-toi un peu.
Tu n'as pas honte,
d'être si jeune ?
A ton âge !

Daniel Pennac
Monsieur Malaussène (1995)



Sevran
SÉNIORS
www.sevran-seniors.fr

17, rue Lucien-Sampaix - 01 41 52 47 50

>Sevran
www.ville-sevran.fr

La crise sanitaire de ce printemps 2020 et le confinement auront été particulièrement difficiles pour nos séniors. A la peur d'être contaminé, se sont ajoutées l'impossibilité de voir ses proches, la difficulté de s'approvisionner, d'occuper ses journées...

Une situation inédite qui dans certains cas a fait ressurgir les drames de la solitude et de l'isolement, eux aussi malheureusement vecteurs de vulnérabilité.

Mais cette crise a été aussi l'occasion de mettre en lumière l'impérieuse nécessité d'accompagner nos séniors et nous oblige à repenser l'aide intergénérationnelle et à concevoir autrement les liens qui nous unissent à eux.

C'est dans ce sens et en continuité des nombreuses actions solidaires de la ville ou des associations, que la Municipalité a créé la Fabrique solidaire de masques et la Boutique solidaire. Coordinées par Sevrans-Séniors, elles ont permis de distribuer à nos aînés et aux familles les plus fragiles, des masques en tissu lavable et des denrées alimentaires issues de circuit court. Nous voulons ici remercier tous ceux qui ont participé à cette belle opération que nous devons maintenant pérenniser.

Conservons un lien social, luttons contre l'isolement, gardons une vie dynamique en préservant son autonomie, autant d'engagements solidaires rendus possibles grâce aux nombreuses activités et animations proposées par Sevrans-Séniors toute l'année.

Cette nouvelle saison s'annonce encore riche d'activités qu'elles soient culturelles, sportives ou de loisirs. De nombreux temps forts et grands rendez-vous viendront rythmer ce premier semestre pour que chacune et chacun, quels que soient son âge, ses envies, trouve à satisfaire sa curiosité, à faire de nouvelles rencontres et à maintenir ce lien si précieux.

Nous vous souhaitons une bonne lecture et une saison pleine de découvertes et de bons moments partagés. Pour autant, soyons encore prudents pour la sécurité de tous.

Stéphane Blanchet,
Maire de Sevrans



SOMMAIRE

LES COURS ET ATELIERS 4

LA VIE QUOTIDIENNE 8

L'AGENDA ESPACES ANIMATIONS 11

LES ESCAPADES ET SORTIES 12

LES GRANDS RENDEZ-VOUS 17

LES SÉJOURS 23

L'ÉQUIPE 27

LE TABLEAU RÉCAPITULATIF 28

LES ADRESSES UTILES 30

FICHE DE RENSEIGNEMENTS 31

LES COURS ET ATELIERS*

Inscriptions dès le 2 octobre (le 12 septembre pour les cours et ateliers de l'UPI) - Reprise dès le 5 octobre 2020

Culture et Loisirs

COURS D'ANGLAIS DE L'UPI

Les indispensables pour voyager
Les mardis de 9h15 à 10h15 (niveau 0)
de 10h30 à 11h30 (niveau 1)
A Sevrans-Séniors - Inscription à l'UPI
Gratuit - Ouvert à tous

ATELIER SKETCHS ET CHANSONS

Les jeudis de 9h à 12h
A Sevrans-Séniors
Adhésion : 14,60 € la saison

ATELIER THÉÂTRE DE L'UPI

En partenariat avec le Théâtre de la Poudrerie
« Comment vient le chant en toi »
Les vendredis de 10h à 12h (dès le 6 novembre)
A l'espace François-Mauriac
Inscription à l'UPI
Gratuit - Ouvert à tous

COURS D'INFORMATIQUE DE L'UPI INITIATION POUR LES DÉBUTANTS

Les vendredis de 10h à 12h
A la médiathèque Albert-Camus
2, 9 et 16 octobre / 6, 13 et 20 novembre /
4 et 11 décembre
Inscription pour les 8 séances à l'UPI ou à la
médiathèque A.-Camus (Voir p.30)
Gratuit - Ouvert à tous

COURS D'INFORMATIQUE DE L'UPI - THÉMATIQUES

Les ateliers thématiques permettent d'aborder
de nombreux sujets : des réseaux sociaux aux
paiements en ligne. Détails des thématiques dans
la brochure UPI.



A la médiathèque l'@telier - De 14h à 16h

Vendredis 2 et 9 octobre

Smartphone, tout connaître de votre précieux

Vendredis 16 octobre et 6 novembre

Courriers frauduleux, comment éviter les pièges

Vendredis 13 et 20 novembre

Stockage : usb ou cloud ? Pourquoi ne pas opter pour les deux ?

Vendredis 4 et 11 décembre

Devenez un pro du format pdf

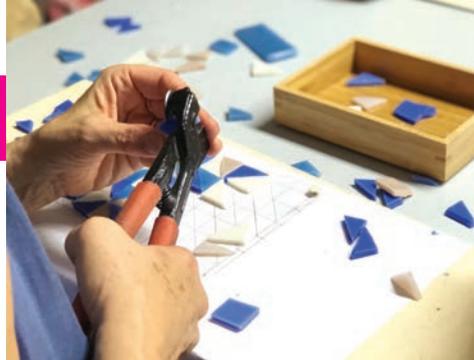
Vendredis 8 et 15 janvier

Et si on bichonnait vos PC : Atelier bilan santé et d'entretien
de vos PC. Ramenez vos machines (PC portable de préférence),
nous allons apprendre à bien les entretenir.

Inscription à l'UPI ou à la médiathèque A.-Camus
(voir p.30)

Gratuit - Ouvert à tous





ATELIER MOSAÏQUE

Les mardis de 14h à 17h

Au Bois-du-Roi

Adhésion : 37,50 € la mi-saison

ATELIER GÉNÉALOGIE

Les mercredis de 9h45 à 11h45

Gratuit - Sur inscription

Débutants (à Sevran-Séniors)

14 octobre, 9 décembre, 13 janvier

Confirmés (au service des archives et mémoires urbaines)

7 octobre, 4 novembre, 2 décembre, 6 janvier

Sortie annuelle

Vendredi 18 novembre : Visite guidée du Sénat (75)

Participation : 5 € réservé aux adhérents (Voir p. 14)

ATELIER ARTS PLASTIQUES (POULBOT)

L'atelier artistique (Poulbot) s'adresse aux débutants comme aux confirmés, il permet d'éveiller son regard artistique en découvrant ou re-découvrant des artistes dans une démarche ludique de recherches et d'expérimentations et en abordant différentes techniques telles que la peinture, le collage, le pastel, la gravure, le plâtre, le modelage, le papier mâché, etc.

1^{er} cycle - « Estampes japonaises »

Lundi 5 octobre : Visite guidée de l'exposition

« Fuji, pays de neige » au Musée national des arts asiatiques Guimet (75) (Voir p. 12)

Initiation à la linogravure, dessin, estampes, superposition des couleurs.

Vendredi 2 octobre à 10h ou 14h : Présentation du cycle pour tous les groupes

Les lundis à Poulbot de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h

12 octobre, 2 novembre, 9 novembre, 16 novembre, 23 novembre, 30 novembre, 7 décembre, 14 décembre

Les vendredis au Bois du Roi de 10h à 12h

9 octobre, 16 octobre, 6 novembre, 13 novembre, 20 novembre, 27 novembre, 4 décembre, 11 décembre, 18 décembre

Adhésion : 25 € pour le cycle incluant la visite au Musée Guimet

2^e cycle - « Tissages »

Jedi 7 janvier : Visite de la manufacture des Gobelins (75) (Voir p. 15)

Découvrir et expérimenter différentes formes de tissages contemporains (fils, liens, laines, végétaux...)

Vendredi 4 janvier à 10h ou 14h : Présentation du cycle pour tous les groupes

Les lundis à Poulbot de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h

11 janvier, 18 janvier, 25 janvier, 1^{er} février, 1^{er} mars, 15 mars, 22 mars

Les vendredis au Bois du Roi de 10h à 12h

15 janvier, 22 janvier, 29 janvier, 5 février, 12 février, 5 mars, 12 mars, 19 mars, 26 mars

Adhésion : 25 € pour le cycle incluant la visite au Musée de la Toile de Jouy.

Inscription dès le 16 décembre

ATELIER PATCHWORK

Un jeudi par mois

à 14h à 17h15

Au Bois-du-Roi - Gratuit

Sur inscription

15 octobre, 19 novembre, 17 décembre et 21 janvier



LES COURS ET ATELIERS*

Activités sportives

Inscriptions dès le 2 octobre / Reprise dès le 5 octobre 2020

Certificat médical de moins de 3 mois obligatoire

En partenariat avec les services des Sports.

LE CERTIFICAT MÉDICAL : PRÉVENEZ LES RISQUES !

La visite médicale est une nécessité et souvent une obligation pour pratiquer une activité physique.

Elle est en effet nécessaire pour détecter les contre-indications et contrôler si la personne est apte ou non à la pratique du sport. Elle peut être effectuée chez son médecin traitant, au centre municipal de santé ou dans un centre médico-sportif.

COURS DE GYMNASTIQUE DOUCE

Les mardis de 9h15 à 10h15 ou de 10h15 à 11h15

Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 41,60 € la saison

COURS D'AQUAGYM

Les mardis de 12h à 13h ou les vendredis de 12h à 13h ou de 16h à 17h

A la piscine municipale

Adhésion : 26,60 € la mi-saison

NATATION LIBRE

Les vendredis de 16h à 17h

A la piscine municipale

Adhésion : 26,60 € la mi-saison



RANDO-SANTÉ

Petites randonnées de 5 à 6 km à faible allure les mardis après-midi

En partenariat avec Sentiers ARS

Départ du gymnase Victor-Hugo - de 14h à 16h

Avec 20 millions d'adeptes en France, les bienfaits de la rando-santé ne sont plus à prouver. Bénéfique pour la forme physique comme pour le mental, cette activité favorise le bien-être et même la socialisation. A faible allure, il est conseillé aux séniors souhaitant entretenir leur santé en douceur.

Gratuit - Sur inscription

Mardis 3, 17 et 24 novembre / 1^{er} et 15 décembre / 5, 19 et 26 janvier

MARCHES NORDIQUES

2 groupes / 2 niveaux (initiation et avancé)

En partenariat avec Sentiers ARS

Départ du parking de la piscine municipale de 14h à 16h

Rares sont les sports qui redonnent du souffle et font travailler 80% des muscles du corps (bras, abdominaux, cuisses, fessiers...) en douceur. Grâce aux bâtons, la marche nordique est le sport de plein air idéal pour retrouver la forme et vous tonifier. Bien-être, forme et santé sont au rendez-vous.

Gratuit

Mardis 13 octobre / 10 novembre / 8 décembre et 12 janvier



COURS DE PILATES

Les mercredis de 10h30 à 11h30 ou de 11h30 à 12h30

Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 41,60 € la saison

COURS DE DANSE EN LIGNE

Les mercredis de 13h à 14h

Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 41,60 € la saison

COURS DE DANSE DE SALON

Les mercredis de 14h à 15h

Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 41,60 € la saison

ATELIER RELAXATION

Les vendredis de 11h à 12h

Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 14,60 € par trimestre

Inscriptions au 2^e trimestre dès le 16 décembre

TAÏ CHI CHUAN

Les vendredis, de 9h30 à 11h

Au gymnase Victor-Hugo

Adhésion : 62,40 € la saison



Ateliers Découvertes**

De nouveaux ateliers culturels, loisirs ou sportifs sont proposés chaque saison afin d'acquérir de nouvelles pratiques et de répondre à de nouveaux besoins.

INITIATION À LA GUITARE CLASSIQUE

En partenariat avec le Conservatoire de musique et de danse de Sevrans

Les mardis de 15h et 18h - A Sevrans-Séniors

Venez vous initier à la guitare classique tout en abordant l'initiation de la formation musicale, partie intégrante de l'apprentissage de la lecture musicale au démarrage de l'étude d'un instrument.

Les cours seront assurés par un enseignant diplômé.

Mardis 6 et 13 octobre / 3, 17 et 24 novembre /

1^{er}, 8 et 15 décembre / 5 et 12 janvier

Adhésion : 25 € les 10 séances de 30 minutes

ATELIER DE CRÉATION DE PRODUITS MÉNAGERS ET COSMÉTIQUES

Voir p. 11

Attention, les ateliers, activités, sorties ainsi que les horaires mentionnés sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés et peuvent être annulés en raison du faible nombre de participants, de mauvaises conditions météorologiques ou pour raisons de service.

Pour cette saison 2020/2021, Sevrans-Séniors et ses partenaires assureront leurs cours et ateliers jusqu'au 30 juin 2021 inclus (Hors congés scolaires).

Possibilité de vous inscrire en cours d'année avec le tarif adapté au trimestre ou à la mi-saison.

* Hors congés scolaires

** Congés scolaires compris

LA VIE QUOTIDIENNE

Qui a dit que la retraite était synonyme d'ennui ?

Les espaces Sevrans-Séniors vous proposent de pratiquer au quotidien un loisir, de découvrir de nouvelles activités et de rencontrer de nouvelles personnes.

Au programme, une grande nouveauté avec des après-midis karaoké qui aident à la sécrétion des endorphines (les hormones du bonheur), des ateliers manuels, créatifs et participatifs comme la cuisine, le patchwork, la conception de produits ménagers et cosmétiques qui font appel à la dextérité, ou encore des activités plus cérébrales en jeux libres qui font appel à vos connaissances ou à votre logique comme le scrabble, le rami, le triomino, la belote. Autant d'animations gratuites et encadrées par nos équipes qui fournissent également tout le matériel nécessaire. Enfin, pour poursuivre les échanges en toute convivialité, un petit moment gourmand (boissons et gâteau) est proposé du lundi au vendredi par l'équipe ou bien par l'atelier cuisine participative.

A l'espace Louis-Blézy Entrée libre

ATELIER CRÉATIF ET PARTICIPATIF - 14h

Mardi 20 octobre (Inter-âges)

Création de cadres photos personnalisés.
C'est les vacances scolaires, venez accompagné de vos petits enfants !

Mardi 10 novembre

Création de décoration de Noël

Mardi 8 décembre

Création de couronnes de galettes de roi

Mardi 12 janvier

Création et décoration de photophores

APRÈS-MIDI KARAOKÉ À THÈMES - 14h

Accompagné d'une collation - Entrée libre

Mercredi 28 octobre

Mercredi 25 novembre

Mercredi 23 décembre

Mercredi 27 janvier

NOUVEAU !



ATELIER CUISINE PARTICIPATIVE - 14h

Gratuit - Sur inscription

Mardi 6 octobre

Cuisiner ensemble : les produits du territoire
(Inscr. à partir du 29 septembre)

Mardi 3 novembre

L'Amérique : pancakes et brownies

(Inscr. à partir du 16 octobre)

Mardi 1^{er} décembre

Les gâteaux de Noël du monde

(Inscr. à partir du 12 novembre)

Mardi 5 janvier

Les galettes des rois

(Inscr. à partir du 3 décembre)

LA FEMME BLEUE

JEUX DE MÉMOIRE SCRABBLE LIBRE - 14h

Lundi 5 octobre

Lundi 2 novembre

Lundi 7 décembre

Lundi 4 janvier



A l'espace Le Bois du Roi

BILLARD FRANÇAIS - 14h - Entrée libre

Mardi 13 octobre

Mardi 17 novembre

Mardi 15 décembre

Mardi 19 janvier

Mardi 13 octobre « Green Book : sur les routes du sud »

De Peter Farrelly
Avec Viggo Mortensen,
Mahershala Ali, Linda Cardellini
Genres : Drame, Biopic

En 1962, alors que règne la ségrégation, Tony Lip, un vider italien-américain du Bronx, est engagé pour conduire et protéger le Dr Don Shirley, un pianiste noir de renommée mondiale, lors d'une tournée de concerts. Durant leur périple de Manhattan jusqu'au Sud profond, ils s'appuient sur le Green Book pour dénicher les établissements accueillant les personnes de couleur, où l'on ne refusera pas de servir Shirley et où il ne sera ni humilié ni maltraité. Dans un pays où le mouvement des droits civiques commence à se faire entendre, les deux hommes vont être confrontés au pire de l'âme humaine, dont ils se guérissent grâce à leur générosité et leur humour. Ensemble, ils vont devoir dépasser leurs préjugés, oublier ce qu'ils considéraient comme des différences insurmontables, pour découvrir leur humanité commune.

Inscription à partir du 29 septembre



PAUS' CINÉMA ET PAUS'GOURMANDE - 14h30

Un mardi par mois

Suivi d'un moment gourmand

Gratuit - Sur inscription

Mardi 17 novembre « La belle époque »

De Nicolas Bedos
Avec Daniel Auteuil,
Guillaume Canet, Doria Tillier
Genres : Romance,
Comédie dramatique

Victor, un sexagénaire désabusé, voit sa vie bouleversée le jour où Antoine, un brillant entrepreneur, lui propose une attraction d'un genre nouveau : mélangeant artifices théâtraux et reconstitution historique, cette entreprise propose à ses clients de replonger dans l'époque de leur choix. Victor choisit alors de revivre la semaine la plus marquante de sa vie : celle où, 40 ans plus tôt, il rencontra le grand amour...

Inscription à partir du 16 octobre



LA VIE QUOTIDIENNE

A l'espace Le Bois du Roi

Mardi 15 décembre
« Joyeuse retraite »

De Fabrice Bracq
Avec Thierry Lhermitte,
Michèle Laroque, Nicole Ferroni
Genre : Comédie

L'heure de la retraite est enfin arrivée pour Philippe et Marilou ! Ils s'appêtent à réaliser leur rêve : partir vivre sous le soleil du Portugal. Au revoir le travail, au revoir la famille, au revoir les emmerdes ! Ils pensaient enfin être tranquilles... mais leur famille a d'autres projets pour eux !

Inscription à partir du 24 novembre



Mardi 26 janvier
« Gatsby, le magnifique »

Avec Leonardo DiCaprio, Tobey Maguire, Carey Mulligan, Isla Fisher, Elizabeth Debicki

Printemps 1925. L'époque est propice au relâchement des cœurs, à l'essor du jazz et à l'enrichissement des contrebandiers d'alcool... Apprenti écrivain, Nick Carraway quitte la région du Middle-West pour s'installer à New York. Voulant sa part du rêve américain, il vit désormais entouré d'un mystérieux millionnaire, Jay Gatsby, qui s'étourdit en fêtes mondaines, et de sa cousine Daisy et de son mari volage, Tô Buchanan, issu de sang noble. C'est ainsi que Nick se retrouve au coeur du monde fascinant des milliardaires, de leurs illusions, de leurs amours et de leurs mensonges. Témoin privilégié de son temps, il se met à écrire une histoire où se mêlent des amours impossibles, des rêves d'absolu et des tragédies ravageuses et, chemin faisant, nous tend un miroir où se reflètent notre époque moderne et ses combats.

Inscription à partir du 5 janvier



L'AGENDA DES ESPACES D'ANIMATION



A l'espace Louis-Blésy

REPAS DE L'AMITIÉ EN BLEU

Dans le cadre de la semaine bleue

LA SEMAINE BLEUE

Tarif : 21,80 €

Judi 8 octobre

Sur inscription à partir du 24 septembre

(Voir p. 18)

ATELIER EXTRACTION DU MIEL (INTER-ÂGES)

Mercredi 14 octobre

• **14h** : Venez participer accompagné de vos petits-enfants à l'extraction du miel du rucher de Sevrans

Gratuit - Sur inscr. à partir du 29 septembre

• **16h** : Dégustation de miel sevransais

Entrée libre - Ouvert à tous

CONCOURS DE BELOTE - 14h

Tarif : 4,30 €

Plusieurs superbes lots à remporter, accompagné d'une collation

Mercredi 18 novembre

Concours de belote à la mûlée (Inscr. à partir du 23 octobre)

Mercredi 9 décembre

Concours de belote à la mûlée (Inscr. à partir du 27 novembre)

Mercredi 13 janvier

Concours de belote équipes choisies (Inscr. à partir du 29 décembre)

LOTO D'AUTOMNE (INTER-ÂGES) - 14h

C'est les vacances scolaires, venez accompagné de vos petits-enfants ! Des tirages supplémentaires leur seront consacrés.

Tarifs : 1 carton : 4,30 € / 5 cartons : 15,90 €

Mercredi 21 octobre - Sur inscription dès le 25 septembre (Voir p. 20)

A l'espace du Bois-du-Roi

CONCOURS DE PÉTANQUE - 14h

Tarif : 4,30 €

Plusieurs superbes lots à remporter, accompagné d'une collation. Trouvez le score exact de la finale et remportez un magnifique lot !

Mercredi 14 octobre

Sur inscription à partir du 1^{er} octobre

ATELIER DÉCOUVERTE

FABRICATION DE PRODUITS MÉNAGERS

ET COSMÉTIQUES - 14h

Tarif : 4,30 € la séance

Venez réaliser vos produits ménagers parfumés aux huiles essentielles pour un environnement naturel.

Concentrés et très efficaces, ces produits vous permettront d'entretenir votre intérieur de façon économique tout en respectant la nature. Crème à récupérer, lessive, nettoyant multi-usages etc...

Vendredi 6 novembre

Lotion apaisante à l'aloé vera et baume à lèvres

Sur inscription dès le 15 octobre

Vendredi 18 décembre (pour les hommes)

Dentifrice et gel douche frais mentholé pour homme

Sur inscription dès le 26 novembre

Vendredi 22 janvier

Produits ménagers : lessive, spray multi-surfaces et crème à récupérer

Sur inscription dès le 2 décembre



LES ESCAPADES ET SORTIES**

** Attention : les sorties, inscriptions, événements et horaires mentionnés, sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés. Des sorties, voyages et événements peuvent être annulés en raison de mauvaises conditions météorologiques, de crise sanitaire, d'un faible nombre de participants ou pour raison de service.

Guinguette : « Chez Fifi » (93)



VENDREDI 18 SEPTEMBRE

Sortie journée

« Chez Fifi » est un restaurant traditionnel français proposant une cuisine authentique à base d'ingrédients frais du terroir. Vous serez accueillis dans un cadre décontracté où règne une ambiance musicale dansante, celle que vous aimez tant... la guinguette.

10h10 - 1^{er} départ en car - Sur inscription à partir du 8 septembre

Tarif : 39 €

Dîner spectacle « Le Bollywood Palace » (77)

JEUDI 24 SEPTEMBRE

Sortie soirée

Cuisine et culture indienne à volonté avec Bollywood Palace.

Rendez-vous dans ce restaurant indien traditionnel avec buffet à volonté équipé d'une grande salle décorée selon l'influence culturelle du lieu, aussi le Taj Mahal est-il dignement représenté sur l'un des murs. Des danseurs et danseuses professionnels viendront animer votre dîner avec Tushar Malgaonkar, le chorégraphe de la célèbre comédie musicale Bharati. « À la fin, ils invitent les convives du moment pour une chorégraphie commune ».

17h30 - 1^{er} départ en car - Sur inscription - Tarif : 29 €



Visite guidée de l'exposition « Fuji, pays de neige »

Musée national des arts asiatiques Guimet (75)



LUNDI 5 OCTOBRE

Sortie demi-journée

Réservé aux adhérents de l'atelier artistique 1^{er} cycle (Poulbot)

Voir p. 5

Journée d'un prince au château de Chantilly (60)



JEUDI 15 OCTOBRE

Sortie journée

La demeure d'un prince collectionneur. Le Domaine de Chantilly est l'un des bijoux du patrimoine français. Il est aussi l'œuvre d'un homme au destin exceptionnel : Henri d'Orléans, duc d'Aumale (1822-1897), cinquième fils de la reine Marie-Amélie et du roi Louis-Philippe, dernier roi des Français. Grâce aux précautions testamentaires prises par le duc d'Aumale, Chantilly reste, plus d'un siècle plus tard, un écrin de richesses préservées où le charme du XIX^e siècle continue d'opérer

Visite du château avec audioguide, déjeuner au château, assistez à un entraînement équestre, visite du musée du cheval et de ses grandes écuries puis quartier libre dans le parc.

8h10 - 1^{er} départ en car - Sur inscription à partir du 23 septembre - Tarif : 49 €

Ramassage de châtaignes en famille (77)

MARDI 20 OCTOBRE

Sortie demi journée inter-âges

Promenons-nous dans les bois... C'est les vacances scolaires, venez accompagné de vos enfants et/ou petits-enfants pour un après-midi balade et ramassage de châtaignes dans la forêt régionale de Montgé-en-Goële « Le domaine régional de Saint-Thibault » qui semble n'être qu'une forêt de chênes, hêtres et châtaigniers. Il faut y pénétrer pour découvrir ce qui fut un grand parc à l'anglaise, qui a profité du relief naturel des lieux : volumineux rhododendrons entourant la butte dite du tombeau, allées de platanes, rivière artificielle, plan d'eau au pied d'une rocaille, enfin une esplanade engazonnée, avec arbres et buis.

13h30 - Départ en car du parvis de Victor-Hugo - Sur inscription à partir du 7 octobre - Tarif : 5 € adulte / 2,50 € enfant



Papilles en éveil sur la route de Champagne (02)



JEUDI 22 OCTOBRE

Sortie journée

Envie de vous faire une journée comme des rois ? Alors direction les Portes de la Champagne ! Le matin, visite guidée de l'exploitation viticole champenoise Leclerc-Mondet suivie d'une dégustation pétillante, visite guidée de la ferme du Moulin, fabrique de foies gras. Déjeuner à la ferme et visite guidée du musée Jean de la Fontaine et parcours Lafontainien pédestre guidé de la ville.

6h40 - 1^{er} départ en car - Sur inscription à partir du 13 octobre - Tarif : 52,50 €

LES ESCAPADES ET SORTIES **

Visite guidée du Sénat (75)

MERCREDI 18 NOVEMBRE

Sortie demi-journée

Le Palais du Luxembourg est le siège du Sénat. Construit à partir de 1615 pour Marie de Médicis, il a connu des évolutions architecturales qui l'ont peu à peu adapté aux besoins d'une assemblée politique moderne tout en respectant scrupuleusement ce trésor exceptionnel d'architecture parisienne, qui abrite, en outre, un patrimoine artistique exceptionnel.

Réservé aux adhérents de l'atelier Généalogie (voir p. 5)

Tarif : 5 €



Théâtre Fontaine « J'ai envie de toi » (75)

MERCREDI 2 DÉCEMBRE

Sortie soirée

Une comédie de boulevard percutante et très actuelle, qui parle à toutes les générations de Sébastien Castro, mise en scène de José Paul avec Sébastien Castro, Maud Le Guenedal, Guillaume Clerice...

Il vous est sûrement arrivé de vous tromper de destinataire en envoyant un texto...Ce soir, c'est à Guillaume que ça arrive. Alors qu'il pense adresser « J'ai envie de toi » à Julie, sa nouvelle conquête, le texto est envoyé par erreur à Christelle, son ex. La soirée, bien mal partie, dérape définitivement quand son voisin s'invite chez lui après avoir abattu la cloison qui sépare leurs deux appartements...

18h40 - 1^{er} départ en car - Sur inscription à partir du 3 novembre - Tarif : 28 €

Sortie de Noël « Vaux le Vicomte fête Noël » (77)



MARDI 22 DÉCEMBRE

Sortie journée

Déjeuner festif suivi de la visite guidée du château de Vaux le Vicomte, balade au marché de Noël de Melun suivi du traditionnel verre de l'amitié, coupe de champagne au pied du grand sapin de Noël de Melun. A Noël, le château se pare de mille et une décorations et illuminations féeriques qui vous émerveilleront. Splendeur des décors, atmosphère chaleureuse, revivez l'esprit de Noël dans la demeure du Grand Siècle.

10h - 1^{er} départ en car - Sur inscription à partir du 17 novembre - Tarif : 59 €

Visite guidée de la manufacture des Gobelins (75)

JEUDI 7 JANVIER

Sortie demi-journée

Depuis 1662, année où Colbert décida de regrouper les ateliers parisiens en un même lieu, la Manufacture des Gobelins, célèbre dans le monde entier, n'a cessé de marquer de sa signature l'histoire de la tapisserie.

Réservé aux adhérents de l'atelier artistique
2^e cycle (Poulbot) (voir p. 5)



Soldes d'hiver : Les Clayes-sous-Bois (78)



JEUDI 14 JANVIER

Sortie journée

Journée libre dans la grande zone commerciale « One Nation Paris » des Clayes-sous-Bois : plus de 400 grandes marques dont le premier Galerie Lafayette Outlet au monde ainsi que la plus grande parapharmacie de France à prix discount. Rendez-vous à 13h pour un déjeuner dans un restaurant steak house traditionnel qui se présente sous forme de buffet à volonté ! Un large choix d'entrées, de plats et de desserts vous seront proposés.

8h10 - 1^{er} départ en car - Sur inscription à partir
du 4 décembre - Tarif : 25 €

Dîner et soirée Bowling à « Escape Factory » (77)



JEUDI 28 JANVIER

Sortie soirée Inter-âges

Dîner à la Métallerie, restaurant au nouveau design suivi d'une soirée au bowling. 20 pistes dotées des dernières technologies en matière de scoring et d'assistance de jeux (boules légères). Ouvert aux grands-parents, enfants et petits-enfants, adultes.

17h15 - 1^{er} départ en car
Sur inscription à partir du 8 janvier
Tarif : 39 €

LES ESCAPADES ET SORTIES **

Randonnées 14 kms

LES 1^{ERS} JEUDIS DU MOIS

Sortie à la journée

En partenariat avec Sentiers ARS

Qu'est ce qui fait de la randonnée sénior, la meilleure activité pour les plus de 60 ans ? Tout simplement parce que parmi tous les sports pour séniors, elle peut se pratiquer en alliant l'utile à l'agréable : faire travailler son corps tout en cultivant le plaisir de découvrir des paysages et de dialoguer avec ses camarades de marche.

Prévoir votre pique-nique, suffisamment d'eau et des bonnes chaussures de randonnée.

Tarif : 10 € la sortie - Certificat médical obligatoire

SENLIS, LA ROYALE (60)

Judi 10 septembre

Randonnée et initiation aux étirements

8h50 - 1^{er} départ du parking de co-voiturage - Sur inscription

BALADE PARISIENNE, DE LA PLACE DE LA BASTILLE À L'HÔTEL DES INVALIDES (75)

Judi 1^{er} octobre

8h50 - 1^{er} départ du parking de co-voiturage

Inscr. à partir du 18 septembre

BALADE À CRÉTIEL (94)

Judi 5 novembre

8h50 - 1^{er} départ du parking de co-voiturage

Inscr. à partir du 14 octobre



EN PRATIQUE

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)
3. Glycines (1, avenue Salvador-Allendé)

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

LES GRANDS RENDEZ-VOUS

Ouverture de saison de l'Université Participative Inter-âges (UPI) - Saison V

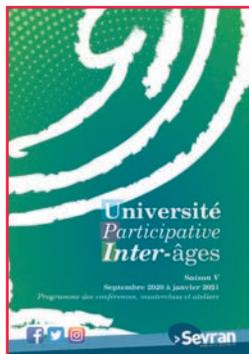
SAMEDI 12 SEPTEMBRE

A 18h à l'espace François-Mauriac

Voilà déjà cinq ans qu'est née l'idée d'une université pluridisciplinaire gratuite et ouverte à toutes et tous à Sevrans. Aujourd'hui, l'Université Participative Inter-âges, forte de son succès, continue de rayonner et d'évoluer chaque année.

De l'histoire à la peinture en passant par la littérature ou les mathématiques, c'est plus d'une trentaine de conférences aux thématiques toujours très variées qui vous sont proposées cette saison. En parallèle, cafés philo, balades urbaines et ateliers nous permettront d'apprendre, échanger, discuter et découvrir ensemble. A travers le cursus Sevrans d'hier et d'aujourd'hui, place aux débats entre habitants de Sevrans sur le passé et l'avenir de notre ville. Lycéens, étudiants, retraités, passionnés, amateurs, curieux... tous les Sevransais qui le souhaitent sont les bienvenus.

Entrée libre - Ouvert à tous et à tous les âges



Ouverture de saison du Théâtre de la Poudrerie

LES 19 ET 20 SEPTEMBRE

Après la crise sanitaire et les quelques mois d'arrêt d'activité, le Théâtre de la Poudrerie a eu envie de proposer aux Sevransais une ouverture de saison festive et conviviale. Au programme, des spectacles au service culturel, pour vous inviter au « domicile » du Théâtre, mais aussi des activités à l'Ourcq Can'Ohe Club Sevransais pour lancer les Olympiades Culturelles et un grand bal populaire le samedi 19 septembre dès 19h sur la cour du gymnase Victor-Hugo accompagné d'une distribution de sardines grillées préparées par Sevrans-Séniors. Ce week-end s'inscrit également dans le cadre de l'Odyssée, grande manifestation aquatique organisée par le Petit Bain sur la Seine et les canaux du Grand Paris. Rendez-vous les samedi 19 et dimanche 20 septembre pour un week-end artistique, festif et aquatique !

Renseignements au 01 41 52 43 34

Jour de fête & fête de la sardine

DIMANCHE 20 SEPTEMBRE

Dès 14h à la Cité des Sports

Concert en plein air animé par le groupe « So-Live » puis nos jeunes talents du groupe « UFB » composé de 9 musiciens et de 3 formidables chanteuses tous issus de Sevrans et de ses villes voisines. Une journée très festive où il vous sera également présenté le programme de la saison Sevrans-Séniors 2020/2021 (ateliers, cours et activités sportives, loisirs et culturelles, séjours, sorties ...).



LES GRANDS RENDEZ-VOUS

Commémorations

- 19^e anniversaire de la journée nationale d'hommage aux Harkis et aux autres membres de formations supplétives
Vendredi 25 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
Dimanche 1^{er} novembre - 10h30 au cimetière
- Commémoration de la victoire et de la paix - 102^e Anniversaire de l' Armistice et d'hommage à tous les morts pour la France
Mercredi 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
Vendredi 13 novembre - 11h45 Parvis du Centre Administratif Paul-Eluard

Semaine bleue 2020

THÈME 2020 : ENSEMBLE, BIEN DANS SON ÂGE, BIEN DANS SON TERRITOIRE

DU 5 AU 11 OCTOBRE

- **Lundi 5 octobre**
Conférence UPI : La nature en ville « Le parc de la Poudrerie et ses amis »
Par Jacques Dufour - A 18h à l'espace François-Mauriac - Sur inscription à l'UPI - Gratuit
- **Mardi 6 octobre**
Atelier de cuisine participative : Cuisiner ensemble « Les produits du territoire »
Inscription à partir du 29 septembre - Gratuit
- **Mardi 6 octobre**
Marche bleue : Balade urbaine au Parc de la Poudrerie (93)
Par Jacques Dufour - A 14h - Départ du gymnase V.-Hugo - Sur inscription lors de la conférence du 5 octobre
- **Mardi 6 octobre**
Conférence UPI : Mémoire « Le crépuscule des vieux ? » par Phillippe Tabary
A 18h à l'espace François-Mauriac - Sur inscription à l'UPI - Gratuit
- **Mercredi 7 octobre**
Spectacle « Histoires de fouilles »
Dans le cadre des rencontres avec le Théâtre de la Poudrerie - 2^e édition
Spectacle de David What qui invite les enfants à réfléchir aux enjeux écologiques de notre époque.
A 15h au préau Crétier - Sur réservation au 01 49 36 51 75



- **Jeudi 8 octobre**

Repas de l'amitié en bleu

Bienvenue au cabaret « Sevrans-Séniors » où vous pourrez contempler le temps d'un succulent repas, un spectacle unique et inimitable... où rêve et illusion riment avec justesse et perfection. Tous vêtus de bleu, nous rendrons un hommage à « Michou », le roi des nuits parisiennes...

Dress code (tenue souhaitée) : Tout en bleu

A 12h à l'espace Louis-Blésy - Sur inscription à partir du 24 septembre

Tarif : 21,80 €



- **Vendredi 9 octobre**

Spectacle « Le sale discours »

Dans le cadre des rencontres avec le Théâtre de la Poudrerie - 2^e édition

Spectacle de David Whal qui poursuit sa recherche autour des problématiques environnementales et interroge cette fois-ci le rapport au déchet et à sa prolifération.

A 20h30 à la salle des Fêtes - Sur réservation au 01 49 36 51 75 - Tarif : 4 €

- **Samedi 10 octobre**

Dans le cadre des rencontres avec le Théâtre de la Poudrerie - 2^e édition

Conférence UPI : « Arts participatifs et écologie populaire » par Bruno Latour

A 9h30 à la salle des Fêtes - Sur inscription à l'UPI - Gratuit

Spectacle de théâtre UPI « En terre inconnue »

SAMEDI 17 OCTOBRE

A 20h à l'espace François-Mauriac

Une vraie rencontre est-elle possible avec quelqu'un qui m'est à priori lointain ? Bienvenue à bord, embarquez avec l'atelier

Théâtre. Accrochez bien vos ceintures, il y aura quelques turbulences, de la poésie, de la drôlerie, de l'émotion et beaucoup de sincérité.

Inscriptions à partir du 30 septembre ou sur place (selon places disponibles) - Tarif : 7,30 € (Sevransais) ou 8,30 € (hors commune)

Ouvert à tous



Loto d'automne (inter-âges)

MERCREDI 21 OCTOBRE

A 14h à l'espace Louis-Blésy

25 parties seront jouées et de nombreux très beaux lots à remporter. C'est les vacances scolaires, venez accompagné de vos petits-enfants !

Des tirages supplémentaires leur seront consacrés.

Tarif : 4,30 € le carton - 15,90 € les 5 cartons

Sur inscription dès le 25 septembre



LES GRANDS RENDEZ-VOUS



6^e Fête de la châtaigne

MERCREDI 4 NOVEMBRE

A 14h à l'espace Le Bois-du-Roi

Dégustation gratuite de châtaignes grillées et après-midi dansant animé par la roulotte quinquette « La Guinche ».

En partenariat avec le restaurateur O'Conquistador

Entrée libre - Ouvert à tous



Banquet du monde combattant

LUNDI 11 NOVEMBRE

• A 10h30 à la salle du conseil : Commémoration de la victoire et de la paix - 102^e Anniversaire de l'Armistice et d'hommage à tous les morts pour la France

• A 12h30 à la salle des fêtes : Banquet

En partenariat avec les associations d'anciens combattants

Plus d'information sur le SLJ d'octobre

Repas de l'amitié Beaujolais nouveau

VENDREDI 20 NOVEMBRE

A 12h - Lieu surprise !

Un des rendez-vous gourmand les plus festifs et les plus conviviaux de l'année. Vêtue de la tête aux pieds comme dans les vignes, la chaleureuse équipe de Sevrans-Séniors vous accueillera et vous fera chanter sur des chansons à boire, pour accompagner le nouveau Beaujolais tout au long de ce merveilleux repas.

Dress code (tenue souhaitée) : Paysan (vendange à la campagne)

Sur inscription à partir du 16 octobre - Tarif : 21,80 €

Détail du lieu surprise dans le SLJ d'octobre



Inscriptions au banquet des séniors 2021

LES 8, 9, 10 OU 11 DÉCEMBRE

M. Le Maire 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 Sevrans-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.

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

Inscriptions :

- Pour la journée du mardi 2 mars 2021 : mardi 8 décembre à 13h30
- Pour la journée du mercredi 3 mars 2021 : mercredi 9 décembre à 13h30
- Pour la journée du jeudi 4 mars 2021 : jeudi 10 décembre à 13h30
- Pour la journée du vendredi 5 mars 2021 : vendredi 11 décembre à 13h30
- Suite des inscriptions dès le 15 décembre à la salle des fêtes (sur invitation à la distribution des colis festifs du CCAS) et à Sevrans-Séniors dès le mercredi 16 décembre à 13h30



Marché de Noël de Sevrans

VENDREDI 11 ET SAMEDI 12 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

MARDI 15 DÉCEMBRE

De 9h30 à 12h et 14h à 16h30 à la salle des fêtes

Toute l'équipe du CCAS vous accueillera dans une ambiance festive.

N'oubliez pas de vous munir de votre lettre d'invitation pour retirer

votre colis destiné aux séniors non-imposables sur commande au

CCAS 01 49 36 51 95. Possibilité de réserver Allô Chauffeur si néces-

saire. Pour s'inscrire, déposez une copie de votre feuille de non-imposition en cours et de votre pièce d'identité avant le 30 octobre 2020 au CCAS (adresse p. 30).

A cette occasion, vous pourrez vous inscrire au banquet des séniors 2021 (sur invitation).



LES GRANDS RENDEZ-VOUS



Grand loto de Noël

JEUDI 17 DÉCEMBRE

A 14h à la salle des fêtes

Plus de 25 parties seront jouées et de nombreux gros lots à gagner dont un grand écran plat, un vélo VTC électrique, une trottinette électrique, un week-end en amoureux pour deux personnes, une tablette, un ordinateur portable etc...

Inscriptions à partir du 6 novembre ou sur place (selon places disponibles)

Tarif : 4,30 € le carton / 15,90 € les 5 cartons

Banquet de Noël « Noël en blanc »

VENDREDI 18 DÉCEMBRE

A 12h à la salle des Fêtes

L'UNRPA et Sevrans-Séniors vous invitent à leur traditionnel grand repas sur le thème de «Noël en blanc». Comme chaque année, le banquet blanc se déclinera en journée à la salle des Fêtes de Sevrans qui sera entièrement revisitée à cette occasion. Allez de ce pas trouver vos tenues en blanc et vous préparer à cet incroyable événement. Banquet qui sera animé par un grand orchestre et un célèbre ventriloque pour vous faire rire tout l'après-midi.

Sur inscription à partir du 10 novembre - Ouvert à tous

Tarif : 25 € (Sevransais) - 50 € (hors commune)



Fête et bal de la galette des rois

MERCREDI 6 JANVIER

A 14h à l'espace Louis-Blézy

Grand après-midi animé et convivial. Venez déguster les galettes des rois confectionnées par les séniors lors de l'atelier cuisine du mardi 5 janvier et ainsi élire la meilleure galette des rois Sevrans-Séniors 2021. Distribution de cadeaux pour les élu(e)s de cette journée.

Sur Inscription à partir du 1^{er} décembre (places limitées)

Gratuit

LES SÉJOURS

Parce que les voyages forment la jeunesse, Sevrans-Séniors et ses partenaires vous proposent des séjours en France et à l'étranger ouverts aux séniors (programme séniors en vacances) ainsi qu'aux familles de la ville (séjours famille). Chaleur et amusement sont au rendez-vous !

Le programme ANCV Séniors en vacances permet le départ en vacances de personnes âgées en situation de fragilité économique ou sociale en leur proposant des séjours tout compris (hors transport) à un tarif préférentiel*, financé par l'ANCV (Association Nationale des Chèques Vacances) et soutenu par le secrétariat d'Etat au tourisme.

Une seule inscription par personne, par année civile et par type de séjour.

* Les personnes non imposables et/ou en situation de handicap peuvent bénéficier, sous condition, d'une aide financière de l'ANCV, de 160 € à 180 €. Plus d'infos <https://www.ancv.com/seniors-en-vacances>

SÉJOURS ANCV « SENIORS EN VACANCES »



« Chamonix » Haute Savoie (74)

DU SAMEDI 19 AU SAMEDI 26 SEPTEMBRE

8 jours / 7 nuits - pension complète - Village de vacances « Les Econtres »

En partenariat avec l'UNRPA

La vallée de Chamonix Mont-Blanc offre une réelle diversité quant au choix des découvertes et des activités proposées. A 15 mn à pied du centre de Chamonix et 1 050 m d'altitude, le village est implanté aux pieds des Drus, des Aiguilles rouges et du Mont Blanc. Deux chalets s'articulent autour de la piscine et d'un espace forme pour que votre séjour en pension complète et vos vacances à Chamonix se passent à merveille !
Au programme : découverte de Chamonix, différents points de vue sur le Mont Blanc, découverte du vieil Anncy, visite du musée paysan, virée légendaire : circuit en car theatr'animé, dégustation de la fruitière de Miussy, Vallorcine, visite de la fondation Pierre Gianadda en Suisse, découverte d'un élevage de St-Bernard, balades et animations diverses, ...

Tarif : 552 € ou 372 € avec l'aide ANCV de 180 € par an/ personne non imposable - Sur inscription

LES SÉJOURS



Réveillon du jour de l'an à Grasse (06)

DU SAMEDI 26 DÉCEMBRE 2020 AU SAMEDI 2 JANVIER 2021

8 jours / 7 nuits en pension complète au village vacances***AEC « Les Cèdres »



Sur la côte d'Azur, entre mer et montagne, dans l'arrière pays provençal, découvrez Grasse, capitale du parfum et ville d'art et d'histoire.

A 800 m du centre historique de Grasse, le village vacances Les Cèdres est niché au cœur d'un parc de 2,5 hectares agrémenté de palmiers, d'orangers, de cyprès, de lauriers roses, et de plus de 200 espèces d'orlottes par le jardinier. Dans ce cadre enchanteur, profitez d'un hébergement confortable idéalement situé pour rayonner et découvrir les plus belles excursions de la région avec plus de 3 journées au programme.

Réunion d'information le 16 septembre 2020 à 16h au préau Crétier - Inscriptions dès le 17 septembre à 13h30

Tarif réduit : 242,10 € (hors transport) avec l'aide ANCV de 180 € par an/personne non imposable (sous réserve de crédit ANCV)

Tarif normal : 422,10 € (hors transport)

Payable en 4 fois sans frais / Tarif du transport communiqué à la réunion du 16 septembre



Saint Jean de Monts et Puy du Fou - Vendée (85)



DU SAMEDI 26 JUIN AU SAMEDI 3 JUILLET 2021

8 jours / 7 nuits - Pension complète - Belambra clubs « Les grands espaces » - En partenariat avec l'UNRPA

Entre l'océan, les dunes et les forêts au sein d'une des stations les plus ensoleillées de la Côte Atlantique, les possibilités de se ressourcer en plein air sont multiformes et multiples, entre pins et océan, immense plage de sable fin de 8 km en accès direct...

Au programme : balade en petit train de la ville de St Jean de Monts, dégustation de produits régionaux, animations diverses et surtout une journée complète au légendaire parc du Puy du Fou* : Bien plus qu'un Parc d'attraction traditionnel, il a été élu meilleur parc d'attraction du monde ! Le Puy du Fou propose une expérience qui se démarque des autres parcs d'attraction en vous proposant des spectacles grandioses qui vous propulsent à travers les siècles.

Tarif : 593 € ou 433 € avec l'aide ANCV de 160 € par an/personne non imposable

*Spectacle nocturne « La Cinéscénie » et dîner en supplément 44,80 € - Sur inscription / Payable en plusieurs fois

SÉJOURS INTER-ÂGES

Cap sur le Vietnam

DU JEUDI 1^{ER} AU LUNDI 12 OCTOBRE 2020

12 jours / 9 nuits - en circuit avec 1 vol intérieur, une nuit en train et une nuit à bord d'une jonque - En partenariat avec l'UNRPA

De la baie d'Halong au delta du Mékong : entre rencontres avec la population locale, visites de palais splendides et de villages traditionnels, découverte de la baie d'Halong, paysage célèbre pour sa beauté sans égale et plus encore..., ce circuit vous fera découvrir les plus belles richesses du Vietnam.

Tarif : 1 830 € payable en plusieurs fois. Un séjour Inter-âges par personne / par année civile - Ouvert à tous



Cap sur les lacs italiens

DU VENDREDI 7 AU MARDI 11 MAI 2021

5 jours / 4 nuits - en circuit et en pension complète

En partenariat avec l'UNRPA

Les lacs italiens, Milan, le Lac majeur, les îles Borromées, le lac de Côme, le lac d'Orta...

La nature célèbre souvent de somptueuses noces : celles des montagnes et des lacs en Italie du Nord n'ont jamais cessé d'enchanter le voyageur, depuis les Romantiques en quête d'une nature sauvage

et somptueuse jusqu'à l'aristocratie européenne venue y trouver un lieu de villégiature privilégié dès le début du siècle.

Le terme général de « région des lacs » désigne une vingtaine de lacs de l'Italie du Nord répartis sur quatre provinces : le Piémont, la Lombardie, la Vénétie et le Trentin. Pour la plupart d'origine glaciaire, ces lacs s'étirent aux pieds des Alpes et jouissent souvent d'un climat bénéfique : la réputation de douceur de vivre et de calme salutaire qu'offrent leurs rives n'est plus à faire, même si un destin glorieux leur fut promis dès l'Antiquité et le Moyen-Age.

Tarif : 1 120 € payable en plusieurs fois. Un séjour Inter-âges par personne / par année civile - Ouvert à tous

Cap sur le Portugal

JUIN 2021

8 jours / 7 nuits - en circuit et en pension complète - En partenariat avec l'UNRPA

De Lisbonne à Porto en passant par Óbidos, Alcobaça, Nazaré, Batalha, Anadia, Coimbra, Fátima, Tomar, Constância, Almourol, Sintra, Cabo da Roca, Cascais et Estoril.

Un programme inédit qui vous permettra de découvrir ces principales villes et sites importants de ce pays à nul autre identique qu'est le Portugal. Découvrez le pays d'Europe aux plus anciennes frontières, à travers son histoire, son architecture, mais aussi sa gastronomie et le chaleureux accueil de ses habitants.

Réunion d'information le 9 septembre 2020 à 15h à l'Espace François-Mauriac - Inscriptions dès le 11 septembre à 13h30

Tarif : 1290 € tout compris, payable en 8 fois sans frais - 1^{er} acompte de 310 € puis 7 mensualités de 140 €

Un séjour Inter-âges par personne / par année civile



LES SÉJOURS

MINI SÉJOURS



Vignes et paillettes en Bourgogne Dijon (21)

DU JEUDI 12 AU VENDREDI 13 NOVEMBRE 2020

2 jours / 1 nuit - pension complète

Jour 1 : visite guidée de la Grande Cave de Vougeot et dégustation de vins de Bourgogne, installation dans un hôtel 4* en agglomération dijonnaise puis départ pour le Cabaret « Odysseo » avec un repas animé à table. Puis ambiance dancing jusqu'à 2h du matin. Retour à l'hôtel.

Jour 2 : Petit déjeuner buffet à l'hôtel puis visite libre du Dijon historique, ville aux cent clochers. Merveille pour les yeux, cette visite vous fera traverser les siècles au gré de vos déambulations dans les rues d'un des plus importants secteurs sauvegardés de France. Vous découvrirez la richesse et la diversité du patrimoine architectural de Dijon du Moyen-âge à la Renaissance en suivant le parcours de la chouette, plus de 30 étapes à la découverte de la capitale de la Bourgogne.

Sur Inscription à partir du 22 septembre - Tarif : 168 € tout compris ou 3 fois 56 € - 7h40 - 1^{er} départ en car

Nantes et l'esclavage : Sur les chemins d'une mémoire vive

DU SAMEDI 22 AU DIMANCHE 23 MAI 2021

2 jours / 1 nuit - pension complète

Place au souvenir et à la mémoire à travers le parcours guidé « De l'histoire à la mémoire, la traite des noirs et l'esclavage à Nantes » qui vous emmènera du Musée d'histoire de Nantes avec la visite des salles sur la traite des noirs à la découverte des quartiers et des monuments nantais en passant par le Mémorial de l'Abolition de l'esclavage. Et pour compléter le séjour, un autre « monument » plus contemporain cette fois, avec la visite des étranges créatures des Machines de l'Île et du fameux Eléphant dont vous découvrirez tous les secrets. En partenariat avec le service des relations publiques.

**Sur Inscriptions - Tarif : 100 € tout compris ou 4 fois 25 €
Ouvert à tous**



L'ÉQUIPE



DIRECTEUR

Sergio DIAS MARTINS
sdiasmartins@ville-sevran.fr

ADJOINTE DE DIRECTION

Nathalie KHELIFI
nkhelifi@ville-sevran.fr

CHEF DES ESPACES SEVRAN-SÉNIORS

José DIAS
jdias@ville-sevran.fr

ADMINISTRATION ET ANIMATION

Gilda DE LA MATA
gdelamata@ville-sevran.fr

Sabrina VERITE
sverite@ville-sevran.fr

Jamila MALKI
jmalki@ville-sevran.fr

Aurélié DI SOTTO
audisotto@ville-sevran.fr

Malika MAALLEM
mmaallem@ville-sevran.fr

Laetitia KEBE
lkebe@ville-sevran.fr

Claude JEAN-LOUIS
claud.jeanlouis@ville-sevran.fr

ESPACES SEVRAN-SÉNIORS LOUIS-BLÉSY ET BOIS DU ROI

Jamila SALHI
jsalhi@ville-sevran.fr

Fabienne SERINDAT
fserindat@ville-sevran.fr

Dominique TARTE
dtarte@ville-sevran.fr

Jessica PIDANCE
jpidance@ville-sevran.fr

NOS PARTENAIRES



LES INSCRIPTIONS

Toutes les inscriptions peuvent se faire par téléphone au 01 41 52 47 50 dès le lendemain des dates de début d'inscriptions entre 13h30 et 17h45. Possibilité de régler par chèque, carte bancaire ou en numéraire. Si vous ne pouvez pas vous déplacer, une personne de votre choix peut venir vous inscrire à votre place. Un règlement de fonctionnement est à votre disposition à Sevran-Séniors, Louis-Blézy et au Bois du Roi.

TABLEAU RÉCAPITULATIF

SORTIES	DATE 				CERTIF. MÉDICAL - 3 MOIS 	FACILITÉS DE PAIEMENT 
Rando-Santé				X	X	
Marches nordiques				X	X	
Randonnées				X	X	
Guinguette «Chez Fifi»	18 sept	X				
Bollywood Palace	24 sept	X				
Château de Chantilly	15 oct		X			
Chataîgnes en famille	20 oct		X			
Sur la route de Champagne	22 oct		X			
Théâtre «J'ai envie de toi»	2 déc	X				
Noël à Vaux le Vicomte	22 déc		X			
Soldes d'hiver	14 janv		X			
Bowling Escape Factory	28 janv	X				
Séjour Haute Savoie Chamonix	19-26 sept		X		X	X
Séjour Vietnam	1er-12 oct			X	X	X
Mini séjour Vignes et paillettes	12-13 nov	X				X
Séjour réveillon à Grasse	26 déc - 2 janv	X			X	X
Séjour Italie - Les lacs	7-11 mai		X		X	X
Mini séjour mémoire - Nantes	22-23 mai		X			X
Séjour St Jean de Monts Puy du Fou	27 juin-4 juillet		X		X	X
Séjour Portugal	Juin 2021		X		X	X

SORTIE INTER-ÂGES 	PARTENARIAT	PLACES LIMITÉES	SORTIE JOURNÉE	SORTIE 1/2 JOURNÉE	SORTIE SOIRÉE	PIQUE-NIQUE, EAU ET GOUTER 
	ARS	X		X		Eau
	ARS	X		X		Eau
	ARS	X	X			Pique-nique et eau
		X	X			
		X			X	
		X	X			
X		X		X		Eau et goûter
		X	X			
		X			X	Eau et en-cas
		X	X			
		X	X			
X		X			X	
	UNRPA / ANCV	X				
X	UNRPA	X				
		X				
	ANCV	X				
X	UNRPA	X				
X		X				
	UNRPA / ANCV	X				
X	UNRPA	X				

LES ADRESSES UTILES

SEVRAN-SÉNIORS

17, rue Lucien-Sampaix
01 41 52 47 50
grp_sevranseniors@ville-sevranseniors.fr
Situé en centre-ville, proche de l'église St Martin
Renseignements et inscriptions :
Du mardi au vendredi
de 13h30 à 17h45



RÉSIDENCE LOGEMENT LES GLYCINES

1, av. Salvador-Allende
01 41 52 40 40

Situé dans le quartier Montceuleux / Pont-Blanc, la résidence Les Glicines est un lieu de vie et de rencontres offrant un cadre de vie familial. Vivre aux Glicines, c'est choisir l'autonomie, la sécurité et le confort.



ESPACE SEVRAN-SÉNIORS LE BOIS-DU-ROI

17, allée de la Smala
01 43 85 43 85

Situé dans le quartier de Freinville, l'espace du Bois-du-Roi accueille une soixantaine de personnes. Il est équipé d'un terrain de pétanque, d'une salle de billard et d'une salle de cinéma. Fermé pendant les congés scolaires.



ESPACE SEVRAN-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, l'espace Louis-Blésty est également un lieu de vie et de rencontre et dispose principalement d'une salle commune (équipée d'une télévision et climatisée) pouvant accueillir jusqu'à 80 personnes et d'une cuisine moderne.



ARCHIVES ET MÉMOIRES URBAINES

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

ESPACE FRANÇOIS-MAURIAU

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

MÉDIATHÈQUE L'@TELIER

27, rue Pierre-Brossolette - 01 41 52 45 90

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-ÂGES (UPI)

17, rue Lucien-Sampaix - 01 41 52 47 50

SERVICE DES SPORTS

Cité des Sports - Stade Gaston-Bussière
34, rue Gabriel-Péri - 01 41 52 45 60

GYMNASSE 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

MICRO-FOLIE

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

CCAS

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

C.M.S

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

PRÉAU CRÉTIER

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

SERVICE DES AFFAIRES CULTURELLES

6, avenue Robert-Ballanger - 01 41 52 45 72

FICHE DE RENSEIGNEMENTS

Nom et prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone :

Adresse mail :

Personne à prévenir en cas d'urgence :

Nom de votre caisse de retraite :

Secteur d'habitation

- Centre-ville
- Montceux Pont-Blanc
- Les Trèfles
- Freinville / Westinghouse
- Rougemont
- Beaudottes
- Sablons
- Primevères / Savigny
- Perrin

Sevran-Séniors - 17, rue Lucien-Sampaix - Tél. : 01 41 52 47 50

Afin de pouvoir mettre à jour nos dossiers, merci de bien vouloir remplir cette fiche de renseignements et nous la remettre à Sevran-Séniors ou dans ses espaces d'animations.



Crédits photos : Nataniel Haberstan / Gérard Vincent

Retrouvez toute l'actualité
des Séniors
sur le site de la ville
www.ville-sevrans.fr

