



LES RENDEZ-VOUS SENIORS

JUILLET - SEPT. 2018



SORTIES

Pour qu'une majorité d'entre vous profite des sorties, les inscriptions sont limitées à une par personne. Vous pouvez inscrire une personne accompagnante (conjoint ou ami), soit 2 personnes maximum.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Les inscriptions débutent :

- **Lundi 18 juin** pour les sorties de juillet
- **Lundi 9 juillet** pour celles d'août
- **Lundi 6 août** pour celles de septembre **de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h 30** dans les **mairies annexes Émile Aillaud, Joseph Epstein et Jean Racine** et dans les locaux du **CCAS au 1^{er} étage de l'hôtel de ville.**

La ville de Bobigny met à disposition ses cars municipaux pour l'ensemble des activités. Ne pourront monter que les personnes préalablement inscrites.

MODALITÉS DE RÈGLEMENT

Les chèques doivent être libellés à l'ordre du Trésor public.

Les règlements doivent avoir lieu avant la date des sorties. Pour des raisons comptables, les sorties réglées mais non effectuées pour des raisons de santé, justificatif à l'appui, ne seront pas remboursées. Seul un avoir sur une prochaine sortie sera possible.

PIÈCES JUSTIFICATIVES

Merci de vous présenter au CCAS ou dans les mairies annexes munis des documents suivants :

- photocopie de votre pièce d'identité
- justificatif de domicile
- photocopie du dernier avis d'imposition ou non imposition
- justificatif de pension de retraite
- photocopie du justificatif RSA, AAH, ASS, demandeur d'emploi à partir de 58 ans
- une photo d'identité

Une carte senior vous sera alors délivrée.

Si vous avez déjà votre carte senior, vous êtes invités à vous présenter avec ces mêmes documents afin de mettre à jour les informations vous concernant.



Journée à Honfleur

Vendredi 6 juillet

Visiter Honfleur, c'est découvrir une charmante ville du Calvados, avec ses ruelles pittoresques et ses maisons étroites couvertes d'ardoises. Venez flâner dans ses rues pavées, contempler ses façades à colombages, ses petites boutiques, ses hôtels de charme et ses restaurants typiques.

C'est aussi une ville riche en patrimoine historique et artistique : cité des peintres et de l'impressionnisme, Courbet, Monet, Boudin et tant d'autres se sont inspirés des lumières changeantes du ciel sur l'estuaire de la Seine.

Enfin, ne passez pas à côté du Vieux bassin et de la Lieutenance qui sont les symboles de Honfleur.

- **50 PLACES**

- Participation : 8 €

- Transport : car municipal

- Restauration à votre charge

- Retour vers 20 h

Journée au Tréport

Samedi 28 juillet

Le Tréport est une petite station balnéaire en Seine Maritime, bijou de la Belle Époque parsemé de villas multicolores et animé par son port de pêche.

Elle propose des balades surprenantes où les curieux se plairont à dénicher les plaques de céramique les plus originales.

Collé à la ville d'Eu, vous pourrez aussi découvrir cette charmante cité commerçante et fleurie. Vous pourrez aussi vous laisser charmer par le doux parfum des roses du château d'Eu.

- **50 PLACES**

- Participation : 8 €

- Transport : car municipal

- Restauration à votre charge

- Retour vers 20 h



Journée à Fécamp

Vendredi 10 août

Située sur la Côte d'Albâtre en Seine Maritime, Fécamp séduit par son côté authentique, son charme naturel. L'abbatiale de la Sainte Trinité, le palais des ducs de Normandie et les riches collections des musées des terre-neuvas figurent parmi les lieux incontournables à visiter. Attiré par le parfum des plantes et des épices qui composent la célèbre liqueur, ne manquez pas l'impressionnant Palais Bénédictine, haut lieu du tourisme industriel. Réputé pour être le premier port morutier français, découvrez les maisons des pêcheurs le long du port et leur chapelle sur la falaise, avec les bateaux votifs (qui expriment un vœu).

• **50 PLACES**

• Participation : 8 €

• Transport : car municipal

• Restauration à votre charge

• Retour vers 20 h

Journée à Cabourg

Samedi 25 août

Située sur l'estuaire de la Dives, Cabourg est une station balnéaire populaire du Calvados, réputée pour le sable fin de ses 4 km de plage et l'atmosphère Belle Époque rendue célèbre par un certain Marcel Proust. Venez contempler les villas de la haute bourgeoisie et de l'aristocratie parisienne du début de XXe siècle, nourrissant le charme de la petite ville. Découvrez aussi son casino et son incontournable Grand hôtel avec ses baies vitrées.

Puis déjeunez dans l'un des nombreux restaurants où vous pourrez goûter aux saveurs du terroir de Normandie ou aux délicieux produits de la mer.

• **50 PLACES**

• Participation : 8 €

• Transport : car municipal

• Restauration à votre charge

• Retour vers 20 h



Cueillette de Cergy

Vendredi 7 septembre

La cueillette de Cergy, dans le Val d'Oise, vous accueille sur près de 40 hectares de potager.

Venez y cueillir vos fruits et légumes de saison tels que courges, concombres, haricots verts, poireaux, épinards, framboises, mûres, pommes, poires, fraises, prêts à être cueillis !

• **50 PLACES**

•
•
•
•
•
•
•
•

Participation : 8 €

Transport : car municipal

Restauration à votre charge

• Retour vers 13 h



Croisière à Montargis

Jeudi 13 septembre

9 h 30 : visite à pied commentée de Montargis, dans le Loiret, ville aux 131 ponts et passerelles (d'où son surnom de « Venise du Gâtinais »), aux maisons à tourelles ou à colombages et aux hôtels Renaissance. Sans oublier les vestiges du château royal. Visite de la maison de la praline, fondée sous Louis XIII, avec dégustation.

12 h 15 : déjeuner au restaurant

15 h : embarquement à bord du bateau « Ville de Chalette » au départ du port Renée de France. En traversant Montargis, vous aurez le plaisir de franchir une des plus hautes écluses du canal de Briare : l'écluse de la Marolles (4,80 m). Durée : 2 heures.

• **50 PLACES**

•
•
•
•
•
•
•

Participation : 48,50 €

Transport : car municipal

• Retour vers 19 h



Musée Grévin

Mardi 25 septembre

Rencontrez plus de 200 célébrités dans des décors à couper le souffle ! Envie d'un tête à tête avec Louis XIV, Mozart ou Jean Reno ? Fan de Kendji Girac ? Sous le charme de Ryan Gosling ou fasciné par la pétillante Katy Perry ?

Rencontrez toutes ces personnalités lors d'une visite pleine de surprises au milieu de décors thématiques extraordinaires ! Ils sont arrivés ou feront leur entrée bientôt à Grévin : Maître Gims, Jean-Paul Gaultier, Catherine Frot, Alexandra Lamy. Le musée Grévin, lieu unique et incontournable à Paris, vous propose de prendre la pose aux côtés de plus de 200 personnages qui ont fait ou font l'histoire, d'hier à aujourd'hui !

• **50 PLACES**

• Participation : 13 €

• Transport : car municipal

• Retour vers 19 h

Séjour intergénérationnel sur l'Île d'Oléron

Du 20 au 26 août

Inscriptions et renseignements auprès du service Loisirs et animations seniors du CCAS

ANIMATIONS DE LA SAISON

Plongez dans l'été

Pendant l'été balbynien, des activités bien-être vous attendent dans les jardins de l'hôtel de ville :



Vendredis 20 et 27 juillet

Atelier mémoire

Vous l'avez sur le bout de la langue, mais impossible de vous en souvenir ! Avoir des trous de mémoire, cela arrive à tout le monde. Faites le point sur le fonctionnement de la mémoire et venez la stimuler autour d'exercices ludiques en deux séances.

Mardi 24 juillet

Initiation à la sophrologie

Découvrez les bienfaits et vertus de cet entraînement du corps et de l'esprit. Apprenez à vous détendre et développer votre mieux-être.

Mardi 31 juillet

L'alimentation

S'alimenter n'est pas toujours une tâche facile. Explorez toutes les possibilités de manger équilibrer tout en y prenant du plaisir, du panier à l'assiette.



Vendredi 3 août

Le sommeil

Bien manger c'est important, mais bien dormir tout autant ! Trouvez des astuces pour bien dormir et améliorez la qualité de votre sommeil. S'assurer de bien dormir la nuit c'est s'assurer une bonne journée en pleine forme.

Programme complet sur bobigny.fr



Jardin partagé

Tous les mercredis

De 14 h à 16 h
Jusqu'en octobre

Un temps de jardinage
intergénérationnel pour semer,
planter, faire pousser vos envies !
Un rendez-vous du CCAS en
collaboration avec centres
de loisirs et du CCAS

Inscriptions : service médiation –
01 41 60 89 81
11, impasse Jean-François Lemaître



Magic cinéma

Un jeudi par mois

Le Magic cinéma invite les
séniors à la projection d'un film
du moment en version française.
La séance, encadrée par un
animateur du CCAS, est suivie
d'une discussion autour d'un pot
amical. Renseignement auprès du
Magic Cinéma pour le titre du film
et les horaires : 01 83 74 56 78
Participation : 3,50 €

Résidence Gaston Monmousseau

Mardi 25 septembre

Anniversaire des natifs des mois
de juillet, août et septembre

Participation : 6 € pour le repas et 6 €
pour l'animation dansante
36 rue de la République - 01 48 31 17 64

Jeudis 13, 20 et 27 septembre

Initiation à la tablette

Cet atelier est destiné aux personnes
ne sachant pas ou ayant des difficultés
à utiliser leur tablette et smartphone
(niveau débutant). Il vous permettra
d'apprendre les bases de leur
fonctionnement.



Foyer Ambroise Croizat

À partir de septembre

Tous les lundis, mercredis, jeudis
et vendredis, le foyer est ouvert de
13 h 30 à 17 h 30. Des activités vous
sont proposées, si vous avez des
propositions elles sont les bienvenues.

ATELIERS

COORDONNÉES DES FOYERS

Présentation des ateliers 2018 / 2019

Mardi 11 septembre

À 14 h 30

Résidence Gaston Monmousseau

Les ateliers du CCAS reprennent en octobre, venez les découvrir et vous inscrire.

- > **Atelier mémoire**
- > **Danse salsa**
- > **Peinture et dessin**
- > **Relaxation**
- > **Prévention des chutes**
- > **Qi Gong**
- > **Atelier tablette numérique**
- > **Chorale**
- > **Atelier « alimentation et mouvement »**
- > **Atelier « bien sous la couette »**
- > **Atelier « pour un cerveau en pleine forme »**

Sans oublier quelques nouveautés à découvrir.

> **Résidence Gaston Monmousseau**
36, rue de la République
01 48 31 17 64

> **Foyer Ambroise Croizat**
35, rue de Vienne
01 48 47 26 87

> **Club Joseph Epstein**
Mairie de proximité
Place Joseph Epstein

> **Club Jean Racine**
Mairie de proximité
8, rue Jean Racine

Pour les clubs, contacter le CCAS.

TRANSPORTS

Transport au cimetière

Un transport en car au cimetière intercommunal de La Courneuve ainsi qu'au cimetière musulman de Bobigny s'effectue le premier mercredi du mois aux dates suivantes :

Mercredi 4 juillet

Mercredi 5 septembre

Il n'y aura pas de transports au mois d'août

Passage du car

Angle rues Gallieni et Victor Hugo	14 h 30
Passerelle	14 h 35
Gaston Monmousseau	14 h 40
Étoile	14 h 50
Jean Racine	14 h 55
Ambroise Croizat	15 h 05
Chambre de commerce	15 h 15
Pierre Sémard	15 h 20
Rond point Escadrille	15 h 25
Normandie Niemen (arrêt de bus)	

Inscription obligatoire une semaine avant auprès du CCAS
au 01 41 60 93 32 / 93 33.

Le car se dirigera éventuellement vers le cimetière musulman, si quelqu'un signale au chauffeur qu'il souhaite s'y rendre, puis rejoindra le cimetière intercommunal de la Courneuve.

La navette seniors

Un nouveau service de transport gratuit pour les seniors bobyniens est lancé par la ville de Bobigny. Ce service à la demande permet à toute personne détentrice de la carte seniors, établie par le CCAS, de réserver sa place pour se déplacer en ville : pour aller chez le médecin, se rendre à la bibliothèque, passer à la banque, sans le stress des transports en commun et sans trop marcher puisque le chauffeur passe vous prendre en bas de chez vous. Le véhicule peut accueillir jusqu'à trois personnes valides et autonomes.

Du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 17 h 30

Réservation 48 h à l'avance
au 01 41 60 96 49 ou
transport.seniors@ville-bobigny.fr





CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

service animations
et loisirs seniors

Hôtel de ville
31, avenue du Président
Salvador Allende - Bobigny
01 41 60 93 32 / 33

Toutes les infos seniors
bobigny.fr  

