



- **École Municipale de Musique et de Danse**
Rue Roger Salengro • Stains
Bus : 150 - 252 - 255 arrêt Le Globe
- **Résidence Allende**
14 rue Salvador Allende • Stains
Bus : 150 - 153 - 252 - 250 arrêt Croix Blanche
- **Maison du Temps Libre**
30, 34 avenue George Sand • Stains
Bus : 253 arrêt Mandela
- **Service des Sports - Tribune Delaune**
Rue Michel Rolnikas • Stains
Bus : 150 - 252 - 255 arrêt Les Parouzets
- **Espace Paul-Éluard**
Place Marcel-Pointet • Stains
Bus : 150 - 255 arrêt François Bégué
253 arrêt Marcel Pointet
- **Studio Théâtre de Stains**
19, rue Carnot • Stains
Bus : 150 - 255 - 252 arrêt Mairie

INFOS PRATIQUES

Les activités sont ouvertes à tous les séniors stanois, toutefois, pour y participer, la carte sénior est nécessaire. Pour l'obtenir, merci de vous rapprocher du Secteur Séniors. Enfin, n'hésitez pas à consulter *Stains Actus*, les informations vous y seront communiquées avant chaque manifestation.

L'ÉQUIPE DU SERVICE
SOLIDARITÉS / SÉNIORS
SE TIENT À VOTRE
DISPOSITION AU :

PÔLE BIEN VIVRE À STAINS
SERVICE SOLIDARITÉS / SÉNIORS
47, AV. GEORGE SAND
93240 STAINS
01 49 71 84 47
01 71 86 33 13

Édito

Dans un contexte de crise sociale et sanitaire sans précédent, la Municipalité s'attache à protéger et à préserver le bien être des séniors en leur offrant un programme d'activité riche et varié. Nous souhaitons chaque jour être solidaire et accompagner les séniors dans leur épanouissement quotidien. Tel est notre ambition pour ce nouveau mandat où les séniors auront pleinement leur place à Stains. Nous avons hâte de vivre de nouveau de beaux moments de partage et de solidarité en votre compagnie.

Azzédine TAÏBI
Maire de Stains,
Conseiller départemental

Alfred ROCHEFORT
Animation et vie sociale
des Séniors

Zaiha NEDJAR
1^{ère} adjointe au Maire de Stains
déléguée à l'Action sociale,
Solidarités, Séniors,
Commerces de proximité
et Marchés forains
et Marchés forains
Vie sociale des quartiers,
Politique de la ville, Parentalité,
Vie associative et citoyenne

Remerciements

Le programme des sorties a été élaboré en partenariat avec le groupe de travail "sorties/voyages" qui se réunit régulièrement au cours de l'année.

Nous le remercions pour sa participation active. Si vous souhaitez rejoindre ce groupe de travail, n'hésitez pas à nous contacter.



2^e SEMESTRE

2020
SEPT | DÉC
CALENDRIER
SORTIES ET ANIMATIONS

*Une ville active
avec les séniors*

SERVICE SOLIDARITÉS / SÉNIORS



Les sorties

Mardi 22 septembre Sortie à la Mer / Houlgate Journée

Pré-inscriptions :
Jeudi 10 septembre de 14h15 à 16h30
À la Résidence S. Allende
Nombre de places : 50 - Tarif : 24€



Houlgate est une cité balnéaire style 1900 située dans le Calvados sur la Côte Fleurie créée sur les landes de Buzenval. Cette ville de Normandie, localisée dans le pays d'Auge, à mi-distance entre Cabourg à l'ouest et Villers-sur-Mer à l'est, se trouve à une vingtaine de kilomètres de Caen et 14 km de Deauville. La ville est réputée pour son architecture balnéaire typique de cette période.

Vendredi 30 octobre Fromagerie de Saint-Faron Demi-journée

Pré-inscriptions :
Mardi 13 octobre de 14h15 à 16h30
À la Résidence S. Allende
Nombre de places : 40 - Tarif : 16,50€
Venez visiter la fromagerie de Meaux S' Faron,

petite fromagerie de 10 personnes, située dans la ville de Meaux, perpétue les valeurs du terroir francilien. Elle tire son nom « Saint Faron » d'un des évêques de Meaux du VII^{ème} siècle. Récompensée en 2017, par le prestigieux Prix d'Excellence au Concours Général Agricole de Paris, cette fromagerie préserve les techniques ancestrales de fabrication du brie.



Jeudi 19 novembre Visite du Château de Fontainebleau Journée

Pré-inscriptions :
Mardi 27 octobre de 14h15 à 16h30
À la Résidence S. Allende
Nombre de places : 50 - Tarif : 30€
Découvrez l'histoire du château de Fontainebleau, de ses origines jusqu'au Second Empire. Un parcours dédié vous mène à la rencontre des souverains qui se sont succédés à Fontainebleau et vous fait découvrir les lieux emblématiques du château, comme la galerie François I^{er}.

Samedi 5 décembre Spectacle La voie de l'écuyer de Bartabas Demi-journée

Pré-inscriptions :
Mardi 10 novembre de 14h15 à 16h30
À la Résidence S. Allende
Nombre de places : 50 - Tarif : 22€
La voie de l'écuyer. Une rigueur classique, tempérée de touches baroques. Le spectacle de répertoire de l'Académie équestre de Versailles évolue année après année : Carrousel des Lusitaniens, solos, escrime, longues rênes... Chaque opus s'enrichit du perfectionnement des chevaux et de leurs écuyers.
Chaque représentation est suivie d'une visite libre des Écuries.



LUNDI CINÉMA À l'Espace Paul-Éluard

Les lundis séances à 14h : Tarif 2,50€
28 septembre - 12 octobre - 26 octobre
16 novembre - 7 décembre - 21 décembre

ANIMATION QUIZZ À la Résidence S. Allende

Les mercredis à partir de 14h30
14 octobre - 18 novembre

JEUX DE SOCIÉTÉ À la Maison du Temps Libre

Les vendredis de 14h à 16h
2 octobre - 16 octobre - 6 novembre - 4 décembre
18 décembre



ATELIER INFORMATIQUE À la Maison du Temps Libre

Renseignement à la Maison du Temps Libre
Tél : 01 71 86 33 44

COURS DE GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

Au gymnase André Lamy
Les mardis et jeudis de 10h à 11h
Inscriptions auprès du Service des Sports
Tribune Delaune



ATELIER NUMERIQUE TABLETTE/SMARTPHONE EN PARTENARIAT AVEC LA PRÉVENTION RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE (PRIF)

Les ateliers Bien sur internet, ce sont 10 séances réunissant 10 personnes.

- D'une durée de 2h à 2h30, les séances sont adaptées à votre niveau et animées par un professionnel qualifié.
- 2 ou 3 premières séances pour vous familiariser avec un ordinateur ou une tablette numérique afin d'en maîtriser son utilisation.
- Les séances suivantes sont dédiées à la navigation sur internet, à la communication par le biais des emails et à la réalisation de démarches en ligne en toute sécurité.

Ces journées sont l'occasion d'échanger, de

partager et de rencontrer de nouveaux retraités qui ont les mêmes préoccupations et interrogations que vous.

Inscriptions :
À la Résidence S. Allende
À partir du 1^{er} septembre
Nombre de places : 10 maximum
Tél : 01 71 86 33 13

ATELIERS ODYSSEE ART

Inscriptions :
À la Résidence S. Allende
À partir du 1^{er} septembre
Tél : 01 71 86 33 13

Vendredi 18 septembre : 14h30-16h
1 séance Spectacle interactif de chant-variété suivie d'échanges pour mieux connaître musique et variété française
Nombre de places : 15 à 20 personnes

Vendredi 25 septembre : 14h30 - 16h
1 séance Théâtre interactif autour du roman Don Quichotte : découvrez le texte, les personnages, l'aventure avec des comédiens. L'intervention sera suivie d'un débat autour de textes parlant de rêves et de comment sauver le monde.
Nombre de places : 15 à 20 personnes

Lundi 28 septembre : 10h et 11h
Parlons d'ostéopathie, de relaxation, de yoga
Nombre de places : 2 séances de 6 personnes

Jeudi 1^{er} octobre : 14h30-16h
1 séance Théâtre improvisé avec des textes pour rire et réfléchir suivi d'un petit spectacle.
Nombre de places : 15 personnes

Les animations

MÉMOIRES DE CITÉ JARDIN

En collaboration avec l'association Mémoires de Cité Jardin, nous vous proposons :

Mardi 8 septembre :
Une visite du rucher de Stains (découverte du monde des abeilles)



Mardi 15 septembre :
Un atelier autour des métiers de la ruche, animé par un naturopathe.

ACTIVITÉS SPORTIVES

Inscriptions :
À la Résidence S. Allende
Le mercredi 16 septembre de 10h à 12h
Gymnastique : les mardis de 9h30 à 10h30 à la Résidence S. Allende
Aquagym : les jeudis de 11h à 12h à la Piscine René Rousseau

CHORALE

Tous les jeudis de 14h à 16h
à l'École Municipale de Musique et de Danse
Inscriptions :
À la Résidence S. Allende
Tél : 01 71 86 33 13

Venez partager avec d'autres, la passion du chant choral ! Pour cela, nul besoin de connaître la musique, dirigé(e) par un chef de chœur, vous aborderez différents répertoires (chansons d'opérette, classique ou gospel...).

RANDONNÉES PÉDESTRES*

En collaboration avec le club randonnées de Stains

ANIMATIONS AU STUDIO THÉÂTRE*

En partenariat avec le Studio Théâtre de Stains, lors d'un goûter convivial, nous vous proposons des animations autour de créations du Studio Théâtre, de la chanson...

Inscriptions :
À la Résidence S. Allende
Tél : 01 71 86 33 13

CAFÉ DES SENIORS*

À partir de différents thèmes : philosophiques, enjeux de société et autres, le Secteur Séniors vous invite à échanger, discuter et partager un moment convivial autour d'un café gourmand dans différents lieux de la ville.

PART'AGES*

Autour de diverses activités ludiques et/ou créatives, partagez des moments conviviaux avec les écoles de Stains.

*Les dates de ces initiatives vous seront communiquées ultérieurement dans le *Stains Actu*.