



ANIMATIONS & SORTIES DES SENIORS

PROGRAMMATION
SEPTEMBRE-DÉCEMBRE 2019

SEPTEMBRE

12

17

25

26

27

AVEC LE SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

Mercredi 4 septembre

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS

pour la période du 12 septembre au 20 décembre 2019

Sortie

Cressonnière du Moulin
du Ruisseau à Courances

Jeudi 12 septembre

Départ de la salle La Passerelle

🕒 13h45

Départ du service Retraités
et Temps libre

🕒 14h

€ 10 € à régler sur place

La culture du cresson est atypique et en même temps c'est un produit emblématique de la région. Elle n'est pas mécanisée et en plus, elle permet de porter une grande attention à la qualité de l'eau des sources et des rivières.

Ateliers malins

« Réduisons notre facture
d'électricité »

Mardi 17 septembre

Service Retraités et Temps libre

🕒 9h30 à 11h

Gratuit sur inscription

Atelier animé par le
correspondant du service
Solidarité EDF.

Vous y découvrirez les bons gestes au quotidien pour maîtriser votre consommation d'électricité ainsi qu'une explication du contenu de votre facture, les aides possibles pour lutter contre la précarité énergétique et une présentation du chèque énergie.

Séjour à Plainfaing

dans les Vosges

**du samedi 14 au samedi 21
septembre 2019**

Réunion souvenirs

Séjour à Plainfaing
dans les Vosges

Mercredi 25 septembre

Salle des mariages

🕒 14h30

Projection des photos prises
lors du séjour.

Repas

Thème « oriental »

Jeudi 26 septembre

Club Georges-Brassens

🕒 12h

€ quotient familial
à faire calculer en Mairie
principale ou en Mairie annexe

Sortie

Fête des plantes d'automne

Vendredi 27 septembre

Départ de la salle La Passerelle

🕒 9h45

Départ du service Retraités
et Temps libre

🕒 10h

€ 14 € à régler sur place

La Fête des plantes d'automne fleurira au Château de Saint-Jean de Beauregard. Le domaine accueillera près de 250 exposants qui offriront une sélection incomparable de végétaux, arbres, arbustes, bulbeuses, graminées, grimpantes, rosiers et vivaces rares.

OCTOBRE

1^{ER} 15 25

AVEC LE SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

Ateliers malins

« Papiers triés, vie facilitée ! »

Mardi 1^{er} octobre

Chalet des associations

🕒 9h30 à 11h

€ gratuit sur inscription

Atelier animé par les travailleurs sociaux du CCAS. Information sur la durée de conservation de vos documents administratifs et présentation des différents modes de classement.

Semaine bleue des retraités

du samedi 5 au

dimanche 13 octobre

Une programmation vous sera

envoyée prochainement.

Sortie

Déjeuner au restaurant

l'Ardoise à Ormoy, puis visite

guidée du Parc de Villeroy

Mercredi 15 octobre

Départ de la salle La Passerelle

🕒 11h30

Départ du service Retraités

et Temps libre

🕒 11h45

€ 16 € menu entrée/plat/dessert, 10 € la visite et un ouvrage ; à régler sur place

L'Ardoise vous propose des produits de saison tout en mettant une région française à l'honneur. Écrin de verdure de 112 hectares, le parc de Villeroy à Mennecey fait partie d'une forêt communale.

On y recense plus d'une quarantaine d'espèces forestières. Vous-y découvrirez également des ruines plus ou moins anciennes.

Conférence

« Manger équilibré à petits budgets »

Vendredi 25 octobre

Salle La Passerelle

🕒 14h30 à 17h

Animée par une diététicienne suivie d'une confection de brochettes de fruits de saison et dégustation.

Par Saveurs et vies.

NOVEMBRE

15 19 21 29

AVEC LE SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

N'oubliez pas de rapporter

vos coupons-réponses du colis/banquet

avant le 4 novembre 2019 au service Retraités et Temps libre.

Repas

Thème « Scandinave »

Vendredi 15 novembre

Club Georges-Brassens

🕒 12h

€ quotient familial à faire calculer en Mairie principale ou en Mairie annexe

Animation

« À la rencontre du vin ! »

Mardi 19 novembre

Salle La Passerelle

🕒 14h

L'après-midi sera ponctué d'une petite conférence sur le vin (histoire et tradition), d'un atelier « les mets et les vins » (mesdames et messieurs les cuisiniers, à vos tabliers !), d'un quizz, d'un monologue et chansons par les artistes

retraités, d'une dégustation limitée et enfin d'une petite collation « toastes-vin ».

Par la Belle Entente

Documentaire

« Document - Terre : Merveilles d'une baie, Mont-Saint-Michel »

Judi 21 novembre

Cinoches - RN7

🕒 14h15

€ 4,20 € à régler sur place

Inscription obligatoire auprès du service Retraités et Temps libre

Chaque année, près de

3 millions de personnes visitent le Mont-Saint-Michel.

Mais si ce joyau focalise tous les regards, il prend sa pleine dimension dès lors qu'il s'insère dans cet immense trésor qu'est la Baie.

Vincent Robinot eu la chance de grandir dans ce cadre magnifique. En plongeant dans ses souvenirs d'enfance, il a décidé de redécouvrir ce territoire de 500 km².

DÉCEMBRE

16

20


AVEC LE SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

Conférence

« Les richesses gastronomiques de l'Essonne »

Vendredi 29 novembre

Salle La Passerelle

 10h à 11h30

L'Essonne regorge de produits, délices et anecdotes, qui méritent d'être re-connus ! L'occasion pour nos invités experts de nous parler des produits du terroir, saisonnalité, recettes, conseils santé et de nous raconter les belles histoires de l'Essonne. Par Silver Fourchette.

Conférence

« Une hygiène de vie différente après 60 ans ? »

Lundi 16 décembre

Salle La Passerelle

 10h


Ce temps d'échanges vous permettra de bénéficier de conseils pratiques pour adapter votre hygiène de vie à vos besoins. Animé par l'Association gérontologique de l'Essonne.

Sortie


Restaurant le « Chalet de Mennecy »


Vendredi 20 décembre

Départ salle La Passerelle

 11h30

Départ du service Retraités et Temps libre

 11h45

 menus à 25 € ou à 35 € selon votre appétit, à régler sur place

Dans un décor montagnard au cœur de l'Essonne, le Chalet de Mennecy rassemble tous

les amateurs de crêpes et les amoureux de la montagne dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

**Pour toutes les animations et sorties, l'inscription est obligatoire au service Retraités et Temps libre, 13 route de Grigny
Tél : 01 69 02 73 40**

AGCRPA

SEPTEMBRE

Inscriptions au Forum des associations

Dimanche 8 septembre

Gymnase Jesse-Owens

🕒 10h à 18h

💶 montant de l'adhésion
annuelle à l'association
AGCRPA : **12 €**

OCTOBRE

Retrouvez-nous tout au long de la Semaine

bleue des retraités

**du samedi 5 au dimanche 13
octobre 2019**

Concours de belote

Lundi 21 octobre

Chalet des associations

🕒 14h à 18h

💶 3 €

Ouvert à tous les retraités.

NOVEMBRE

Concours de tarot

Lundi 18 novembre

Chalet des associations

🕒 14h à 18h

💶 3 €

Ouvert à tous les retraités.

« Cabaret Coquin » animé par
Melod'Ris autour d'un repas

Vendredi 22 novembre

Salle La Passerelle

🕒 12h30

💶 10 € pour les adhérents
et 15 € pour les non adhérents
Inscription obligatoire.

DÉCEMBRE

Goûter de Noël dans notre
salon de thé, animé par

Melod'Ris

Vendredi 13 décembre

Salle La Passerelle

🕒 14h30

💶 3 € pour les adhérents
et 5 € pour les non adhérents
Inscription obligatoire.

LES ATELIERS DE L'AGCRPA

Au Chalet des associations

Cartes

Lundis - mardis - jeudis

🕒 13h45 à 18h

Activités manuelles

(patchwork/tricot/couture/
crochet/dentelle)

Jeudis

🕒 10h à 12h

(hors vacances scolaires)

Scrabble

Vendredis

🕒 14h à 18h

Au Club Georges-Brassens

Informatique (cours)

Mardis

🕒 10h à 12h

et 13h à 15h

Menuiserie

Sur rendez-vous

Atelier chanson/théâtre

Une fois par mois, préparation
des spectacles et de la
« Semaine bleue des retraités ».

À la salle La Passerelle

Scrabble duplicate

Lundis

🕒 14h à 18h

Danse (cours)

Lundis - jeudis - vendredis

🕒 10h à 12h

**Atelier dessin/peinture huile,
aquarelle/pastels**

Mardis - jeudis

🕒 14h à 16h

À la Médiathèque Elsa-Triolet

Atelier marche

Mardis - vendredis

🕒 Rendez-vous à 14h

Contact

✉ Club Georges-Brassens

17 avenue Ingres

Permanence : tous les lundis

de 15h à 17h

au service Retraités

et Temps libre

13 route de Grigny

91130 Ris-Orangis

Présidente : Claudine Pépin

📞 06 70 22 22 05

Mail : agcrpa@orange.fr

Site internet : www.agcrpa.fr

AVTRO

SEPTEMBRE

Le perche Sarthois : berceau
des Rillettes

Vendredi 20 septembre

Déjeuner à la Ferté Bernard

Visite guidée du musée
mécanique en petit train,
promenade sur les canaux
fertois en bateau électrique
conduit par nous-même, suivi
d'un goûter sarthois chez une
famille productrice de rillettes.

OCTOBRE

Cabaret « La Nouba »
dans l'Yonne

Samedi 19 octobre

Fête antillaise (déjeuner
et spectacle).

NOVEMBRE

« Le compromis »
avec Michel Leeb
et Pierre Arditi

Dimanche 17 novembre

Paris, Théâtre des nouveautés

DÉCEMBRE

Cirque Phénix de Mongolie

Mercredi 4 décembre

Paris, pelouse de Reuilly

Composé d'acrobates,
de jongleurs, de contorsionnistes,
de voltigeurs, de clowns,
de musiciens et de chanteurs...
Dépaysement garanti !

Contact

✉ 5 avenue Auguste-Plat
BP 235

Présidente : Madame Kolb

☎ 06 89 65 57 16

www.l-avtro.simplesite.com

CIARE

Contact

Présidente : Josiane Berrebi

☎ 06 08 32 22 22

Mail : josiane.berrebi@orange.fr

**Permanence : le 3^e lundi
de chaque mois au service
Retraités et Temps libre
de 10h à 12h**

**13 route de Grigny
91130 Ris-Orangis**


ÉCHANGES ET LOISIRS

SEPTEMBRE

Assemblée générale

Vendredi 13 septembre

Salle La Passerelle

 14h30

Découverte de l'Aloe Vera

Jeudi 26 septembre

Salle des Docks,
résidence du Lac

 14h

Venez découvrir les bienfaits
de cette plante.

OCTOBRE

Atelier de loisirs créatifs dans
le cadre d'Octobre rose

Lundi 14 octobre

Salle des Docks

 14h

Venez participer à la
fabrication d'objets qui seront
ensuite exposés par
la Municipalité.

NOVEMBRE

« La cueillette des petits
bonheurs », pièce de théâtre
avec l'association Acte en
Théâtre

Vendredi 15 novembre

Salle La Passerelle

 14h30

4 € pour les adhérents
et 5 € pour les non adhérents
Qu'est-ce qu'un petit bonheur ?
Un petit moment qui fait chaud
au cœur, un petit plaisir qui
donne du sens à la vie,
une bulle qui met du soleil
dans notre quotidien.

Concours de pâtisserie

Vendredi 29 novembre

Salle des Docks,
résidence du Lac

 14h

Dans une ambiance conviviale,
venez confectionner une
pâtisserie qui sera jugée
par les participants les yeux
bandés. Un cadeau sera offert
au gagnant du concours.

DÉCEMBRE

Repas « Amourosement
vôtre »

Mercredi 18 décembre

Salle Émile-Gagneux

 12h


17 € pour les adhérents
et 20 € pour les non adhérents
Repas suivi d'une animation
avec l'atelier sketches et
chansons. Nous aborderons les
belles chansons d'amour.
Menu à définir.

LES ACTIVITÉS DE L'ASSOCIATION ÉCHANGES ET LOISIRS

À la salle des Docks,
résidence du Lac

Cours d'art floral


1 fois par mois le lundi

 14h à 16h

Animés par une
professionnelle (s'informer
sur les dates auprès de
l'association).

Cours de scrapbooking


1 fois par mois le lundi

 14h à 16h

Animés par une
professionnelle (s'informer
sur les dates auprès de
l'association).

Atelier « écriture »

Tous les lundis

 16h à 17h30


Jeux de société

Tous les mardis

 à partir de 14h

Sketches

Tous les mercredis matins

 10h à 12h


**Ateliers pâtisserie
(échange de savoirs)**

Tous les vendredis

 à partir de 14h

Cours de chant

Tous les mercredis


 10h à 12h

Salle Émile-Gagneux

Danse country

Tous les mercredis


(hors vacances scolaires)

 14h à 16h

Contact

 1 avenue de la gare

91130 Ris-Orangis

 06 73 68 63 70

Mail : echangesetloisirs@orange.fr

Site internet :

<http://echangesetloisirs.simplesite.com>

[facebook.com/echangesetloisirs](https://www.facebook.com/echangesetloisirs)

[facebook.com/echangesetloisirs](https://www.facebook.com/echangesetloisirs)

Permanences :

**1^{er} et 3^e mardi de chaque mois
au Service Retraités et Temps
libre de 10h à 12h.**

SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

13 ROUTE DE GRIGNY

91130 RIS-ORANGIS

TÉL : 01 69 02 73 40

CONTACT@VILLE-RIS-ORANGIS.FR

