

ANIMATIONS & SORTIES DES SENIORS

PROGRAMMATION
JANVIER - MARS 2024

INSCRIPTIONS

À PARTIR DU LUNDI 15 JANVIER

Uniquement sur place,
au service Retraités et Temps libre

JANVIER

22

26

29

AVEC LE SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

Pour toutes les animations, sorties et séjours, l'inscription au service Retraités et Temps Libre est obligatoire.

Sortie

Visite du musée « Bouray & son histoire - À la rencontre des vieux métiers » puis déjeuner dans une brasserie à Lardy

Lundi 22 janvier

⌚ 9h15 : départ du service
Retraités et Temps libre
€ 3,50 € l'entrée du musée
- carte du restaurant allant de 13 € à 21 €

Le musée parcourt la manière de vivre des années 1850-1950 à la maison, à l'école ou à l'épicerie à travers la présentation des outils mais également des scènes de vie du quotidien.



Sortie

Visite du Musée Pop Central à Etrechy

Vendredi 26 janvier

⌚ 13h45 : départ du service

Retraités et Temps libre

€ 15 €

Nous vous proposons de venir visiter le plus grand musée de la pop culture regroupant + de 50 voitures de cinéma et de séries TV ainsi que + de 100 machines mélangeant flippers/arcades et kiosques de démonstration !



Atelier culinaire

Création de mets à base de pâte feuilletée

Lundi 29 janvier

⌚ 14h au service Retraités et Temps libre

Venez découvrir des recettes originales et rapides à faire avec de la pâte feuilletée.

FÉVRIER

8

9

15

26

28

29

AVEC LE SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

Repas à thème

« Europe »

Jeudi 8 février

12h au club Georges-Brassens

Tarif selon votre quotient familial à faire calculer en mairie annexe ou principale.

Atelier

Fabrication d'une éponge

« Tawashi » et de produit vaisselle

Vendredi 9 février

14h au service Retraités

et Temps libre

Matériel : apportez des tee-shirts dont vous n'avez plus l'utilité. Les éponges, en particulier celles fabriquées à base de résine synthétique, ont un impact écologique lourd.

Faire son éponge tawashi à l'aide de tissus de récupération contribue à avoir un mode de vie « zéro déchet ».

Le tawashi peut être utilisé pour faire la vaisselle, laver la table etc.

Sortie

Déjeuner au restaurant

« Jardin Royal » suivi d'une partie de bowling

Jeudi 15 février

12h : départ du service

Retraités et Temps libre

15,50 € buffet à volonté

- 8,70 € la partie de bowling avec location de chaussures

Le restaurant « Jardin Royal » est un restaurant asiatique qui se présente sous forme de buffet à volonté.

Le bowling, également appelé jeu de boules ou jeu de quilles, a été popularisé sous sa forme actuelle aux États-Unis et qui consiste à renverser des quilles à l'aide d'une boule.



Réunion

Présentation du séjour
à Nedde (87)

Lundi 26 février

⌚ 14h30 à l'Hôtel de Ville,
en salle des Mariages

Pour vous préinscrire :

Munissez-vous de la copie
de votre feuille d'imposition 2023
sur les revenus 2022.
Aucune préinscription
ne sera prise en compte sans
ce document.

Inscription

Séjour à Nedde (87)

Mercredi 28 février et jeudi 29 février au Service Retraités et Temps libre

Veuillez-vous munir de la copie
de votre feuille d'imposition 2023

sur les revenus 2022 et de votre
carte d'identité.

Sortie

Spectacle « l'Absolu »

Jeudi 29 février

⌚ 14h devant le Centre culturel
Robert-Desnos

€ 10 €

Boris Gibé combine acrobatie,
danse et questions existentielles
dans un spectacle vertigineux
présenté dans un gigantesque silo
conçu pour l'occasion.

Jouant avec le goût du risque
et des effets visuels saisissants,
l'artiste pousse le corps à ses
limites extrêmes et offre une
expérience inédite de domptage
du vide.

Château
de Nedde (87)



MARS

6

7

18

22

25

AVEC LE SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

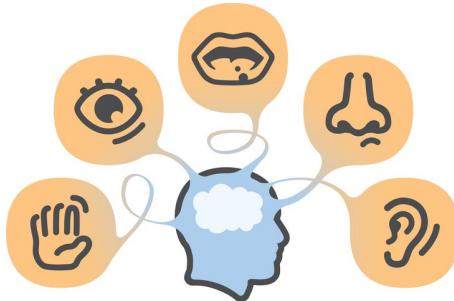
Atelier

« 5 sens »

Mercredi 6 mars

14h30 au service Retraités et Temps libre

Les sens nous relient à la vie, ils nous permettent de percevoir le monde qui nous entoure, ils sont au nombre de cinq : l'ouïe, l'odorat, le goût, le toucher et la vue.



Nous vous proposons des activités sensorielles qui sollicitent les 5 sens.

Stimuler ces sens permet de maintenir les fonctions cognitives et d'améliorer l'autonomie.

Au-delà de la sensation physique, ces activités sensorielles permettent également d'accéder

aux émotions, de créer des échanges, de développer la concentration et de travailler la mémoire qu'elle soit visuelle, tactile, auditive, olfactive ou encore gustative.

Repas à thème

« Asie »

Jeudi 7 mars

12h au Club Georges-Brassens

Tarif selon votre quotient familial à faire calculer en mairie annexe ou principale.

Sortie

Visite de la Pagode d'Evry-Courcouronnes suivie d'un déjeuner

Lundi 18 mars

9h45 : départ du service

Retraités et Temps libre

Visite gratuite - déjeuner à partir de 10 €

Des murs ocre jaune, une toiture et des tuiles vernissées façonnées en Chine, des dragons et une roue de vie aux 8 rayons au sommet du toit : bienvenue à la pagode

Khanh Anh, inaugurée par le Dalaï Lama en 2008 !



Avec ses 3 300 m², la pagode d'Évry-Courcouronnes est le plus vaste temple bouddhiste d'Europe. Si la première pierre fut posée en 1995, il aura fallu une vingtaine d'années pour en voir l'achèvement.

Atelier culinaire

« Made in U.S.A »

Vendredi 22 mars

⌚ 9h30 au service Retraités et Temps libre

Nous préparerons ensemble la pâte à pain pour réaliser des burgers maison. En bonus, nous ferons des frites maison pour accompagner nos burgers.



Sortie

Randonnée au « Rocher de Saulx »

Lundi 25 mars

⌚ 14h : départ du service

Retraités et Temps libre

Située sur une butte entre le plateau de Nozay et la plaine de Saulx, cette forêt accueille une faune et une flore intéressantes aux portes de Paris. Depuis les allées forestières qui suivent la crête du Rocher de Saulx, on découvre de larges points de vue sur la vallée de l'Yvette et, par beau temps, la tour Eiffel se devine même à l'horizon.

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

SÉJOUR 2024

Séjour à Nedde (87)

Du samedi 14 au samedi 21 septembre 2024

€ Tarifs en fonction de vos revenus (communiqués le jour de la réunion)

Le tarif comprend le transport, l'hébergement en pension complète, l'animation en journée et en soirée, les excursions sur place prévues au programme, la taxe de séjour et l'assurance annulation.

Au milieu d'un pays de pierres et d'histoire, le Château sur la Vienne - Lac de Vassivière à Nedde sert de porte d'entrée au Parc naturel régional de Millevaches. Erigé au bord de la Vienne, le Château sur la Vienne - Lac de Vassivière à Nedde est situé dans une bâtisse surprenante, classée monument historique. Des vacances à Nedde, c'est l'assurance de profiter d'une douceur de vivre et d'une nature authentique.

Lac de Vassivière (87)



AVTRO

Les cotisations et adhésions pour l'année 2024, se feront :
au bureau de l'association au 5 avenue Auguste-Plat,
tous les lundis matins de 9h à 11h.

JANVIER

« Chez Gégène »

Jeudi 18 janvier

à Joinville-le-Pont

Nous irons guincher chez Gégène,
simple péniche de la fin du 19^e
siècle.

On pouvait alors y rencontrer
Etienne La Virgule, Léon
Le Flambeur...

Nous déjeunerons avec le menu
spécial « Galette des Rois » !



FÉVRIER

« Festival mondial de la magie »

Dimanche 4 février

aux Folies Bergères

Le mystère et l'humour se
donnent rendez-vous, en un
mot « la Magie » à tous ceux qui
souhaitent s'émerveiller et bien
sûr ne rien comprendre.



Adhésion

€ 20 € + prix de la sortie

Contact

5 avenue Auguste-Plat BP 235
91130 Ris-Orangis

Permanence tous les lundis
de 9h à 11h sauf juillet et août
Présidente : Madame Kolb Liliane

06 89 65 57 16

raymond.liliane.kolb@orange.fr

AGCRPA

LES ATELIERS DE L'AGCRPA

Chalet des Associations

ACTIVITÉS MANUELLES (Tricot/Couture/Crochet/ Dentelle)

Jeudi - vendredi

 10h à 12h

SCRABBLE

Vendredi

 14h à 17h

Club Georges-Brassens

CARTES

Lundi

 14h à 17h

INFORMATIQUE (COURS)

Mardi

 10h à 12h et 13h à 15h

MENUISERIE

Sur rendez-vous

Salle La Passerelle

SCRABBLE DUPLICATE

Lundi

 13h45 à 16h45

DANSE (COURS)

Lundi - jeudi

 10h à 11h30

Vendredi

 10h à 13h

ATELIER DESSIN / PEINTURE (PEINTURE HUILE AQUARELLE / PASTELS)

Mardi - jeudi

 13h30 à 16h

 Montant de l'adhésion
annuelle à l'association
AGCRPA : 12€

Contact

 Club Georges-Brassens

17 avenue Ingres

Permanence de 10h à 11h

tous les mardis.

Rencontre sur rendez-vous.

Président : Serge AZEMA

 06 70 22 22 05

Mail : agcrpa@orange.fr

Site internet : www.agcrpa.fr

ÉCHANGES ET LOISIRS

JANVIER

Loto

Mercredi 10 janvier

Salle Emile-Gagneux

⌚ 14h30

€ 4 € le carton ou 10 € les 3 cartons - adhérents - 6 € le carton ou 15 € les 3 cartons - non adhérents - De nombreux lots à gagner dont 2 télévisions.



FÉVRIER

Pièce de théâtre interprétée par l'atelier sketch, suivi d'un goûter

Vendredi 9 février

Salle Emile-Gagneux

⌚ 14h30

€ 5 € inscription obligatoire
« Drôle de maison »
Un couple achète une maison pour une bouchée de pain.
Malheureusement celle-ci leur apporte quelques surprises.

Crêpes party, accompagnée du visionnage d'un film

Mardi 27 février

Salle des Docks

⌚ 14h30

€ 5 € inscription obligatoire

MARS

Stage de Chant animé par Daniel et Nicole Picq

Jeudi 7 Mars

Salle Emile-Gagneux

⌚ 10h à 17h

€ 22 € - adhérents - 25 € - non adhérents - inscription obligatoire
« Apprendre à chanter ensemble »
Stage qui débouchera sur un petit spectacle en fin d'année.
Apporter son repas.

Contact

Siège social

✉ Résidence du Lac

5 rue des Docks

91130 Ris-Orangis

📞 06 73 68 63 70

Mail : echangesetloisirs@orange.fr

@orange.fr

Site internet : <http://echangesetloisirs.simplesite.com>

LES ACTIVITÉS DE L'ASSOCIATION ÉCHANGES ET LOISIRS

Salle de la résidence du Lac
des Docks de Ris

COURS D'ART FLORAL

⌚ à 13h30

Animés par une professionnelle
(s'informer sur les dates).



ATELIER « ÉCRITURE »

Tous les lundis

⌚ à 14h45

JEUX DE SOCIÉTÉ

Tous les mardis

⌚ à partir de 14h



SKETCHES ET CHANSONS

Tous les mercredis matins

⌚ de 10h à 12h

ATELIER « REMUE- MÉNINGES »

Tous les 1^{er} et 3^e jeudis
de chaque mois

⌚ à 14h

INITIATION AU THÉÂTRE ET À L'IMPROVISATION

Tous les vendredis

⌚ à 10h

ATELIER PÂTISSERIE (ÉCHANGE DE SAVOIRS)

Tous les vendredis

⌚ à partir de 14h



Salle Emile-Gagneux

DANSE COUNTRY

Tous les vendredis

⌚ à 14h



NOTES

SERVICE RETRAITÉS ET TEMPS LIBRE

13 ROUTE DE GRIGNY

91130 RIS-ORANGIS

TÉL. : 01 69 02 73 40

CONTACT@VILLE-RIS-ORANGIS.FR



HORAIRES D'OUVERTURE

DU LUNDI AU VENDREDI

DE 9H À 12H30

ET DE 13H30 À 17H30

FERMETURE LES JEUDIS APRÈS-MIDI.

