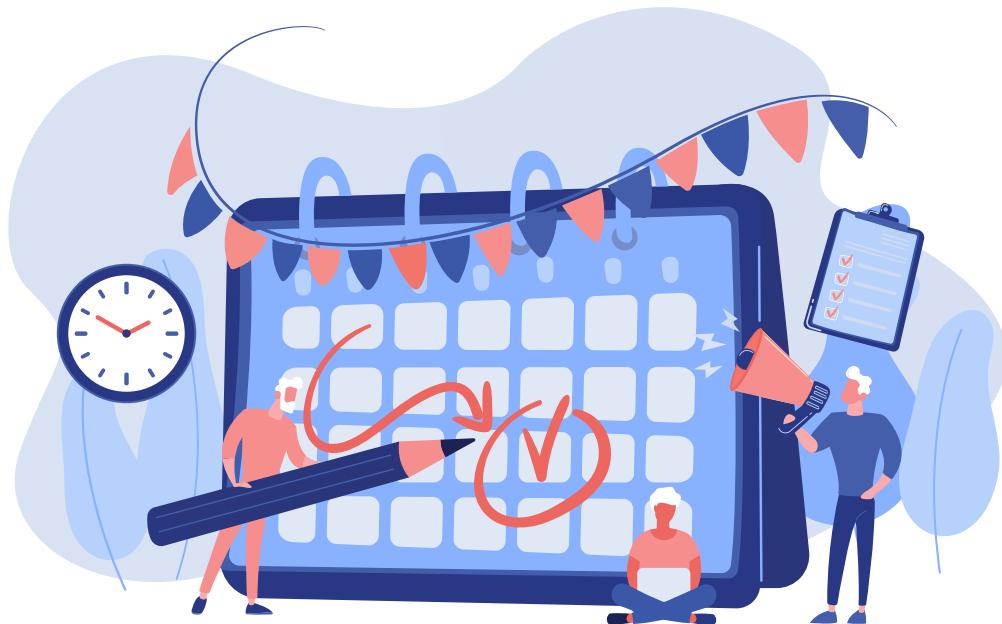


# L'AGENDA DES SENIORS

Janvier à Juin 2025



## Renseignements :

01 34 18 72 18 - [seniors@ville-taverny.fr](mailto:seniors@ville-taverny.fr)  
CCAS - 105 rue du Maréchal Foch, 95150 Taverny  
[f](https://www.facebook.com/ville.taverny) [i](https://www.instagram.com/ville.taverny/) [y](https://www.youtube.com/ville.taverny) [o](http://ville-taverny.fr) [ville-taverny.fr](http://ville-taverny.fr)





## ÉDITO

---

Les équipes du CCAS vous proposent de découvrir la programmation des activités prévues pour le premier semestre 2025.

Avec quatre nouvelles activités en 2025, nous vous offrons la possibilité de participer à des ateliers créatifs, culturels ou sportifs, mais aussi à des déjeuners et thés dansants. Deux sorties à la journée sont programmées en mars et juin et s'adressent aux personnes de 60 ans et plus.

Vous pourrez également profiter d'un séjour d'une semaine, en juin, subventionné par l'ANCV dans le cadre du dispositif « Seniors en vacances ».

Nous espérons que cet agenda vous donnera l'envie de sortir, vous distraire et voyager.

N'hésitez pas à nous faire part de votre intérêt et demander des informations complémentaires sur [seniors@ville-taverny.fr](mailto:seniors@ville-taverny.fr) ou par téléphone au **01 34 18 72 18**.

## CULTURE • BIEN-ÊTRE • LOISIRS

Tous les ateliers sont gratuits et s'adressent aux Tabernaciens de 60 ans et plus.

**Inscription obligatoire** (dans la limite des places disponibles)  
au **01 34 18 72 18** ou **seniors@ville-taverny.fr**



### Gym douce De 10h à 11h

**NOUVEAU**

Salle Henri-Denis – 149 rue d'Herblay

#### Les jeudis :

9, 16, 23 et 30 janvier // 6 et 13 février // 6, 13, 20 et 27 mars  
3 et 10 avril // 15 et 22 mai // 5, 12, 19 et 26 juin

#### **IMPORTANT** : pensez à apporter un tapis de sol

*La gymnastique douce est une discipline sportive relaxante permettant de garder une bonne santé physique et psychologique, grâce à des exercices basés sur un travail de coordination, mobilité et équilibre.*



### Loisirs créatifs De 14h à 16h

**NOUVEAU**

CCAS – 105 rue du Maréchal Foch

#### Les vendredis - Places limitées :

7 mars // 4 avril // 16 mai // 6 juin

*Faire appel à son imagination pour réaliser des objets décoratifs sur différents supports tels que le carton ou le bois... en utilisant des techniques de loisirs créatifs.*



### Art floral De 15h à 17h

**NOUVEAU**

#### Les dates :

Vendredi 2 mai : Composition muguet

Mardi 20 mai : Composition Fête des mères

Mercredi 4 juin : Composition Fête des pères

Mardi 24 juin : Carré aromatique

*L'art floral permet de mettre en lumière ses capacités à travers l'univers des fleurs : création, mémorisation, échanges et stimulation entre les participants.*



## Jeux de société De 14h à 16h

**NOUVEAU**

CCAS – 105 rue du Maréchal Foch

### Les mercredis :

15 janvier // 19 février // 19 mars // 16 avril // 21 mai // 18 juin

*La pratique régulière d'une activité cérébrale comme les jeux de cartes, de lettres ou de chiffres est une gymnastique intellectuelle qui stimule la mémoire et développe le lien humain.*



## Chorale De 15h à 16h30

Maison des Habitants Joséphine-Baker

1 Place du Pressoir

### Les mardis :

7 et 28 janvier // 4 et 18 février // 4 et 18 mars  
1<sup>er</sup> et 15 avril // 6 mai // 3 et 17 juin // 1<sup>er</sup> juillet



## Tai-Chi / Qi Gong De 9h30 à 10h30

Salle Henri-Denis – 149 rue d'Herblay

### Les mardis :

7, 14, 21 et 28 janvier // 4 et 11 février // 4, 11, 18 et 25 mars  
1<sup>er</sup> 8 et 29 avril // 6, 13, 20 et 27 mai // 3, 10, 17 et 24 juin



## Sophrologie De 16h15 à 17h15

Salle Henri-Denis – 149 rue d'Herblay

### Les lundis :

6, 13, 20 et 27 janvier // 3 et 10 février  
3, 10, 17, 24 et 31 mars // 7 et 28 avril // 5, 12, 19 et 26 mai  
2, 16, 23 et 30 juin

## ATELIERS MENSUELS « SOS PORTABLE »

De 14h à 16h

Espace Marianne – 2 place de la Gare

Les jeudis : 6 mars // 3 avril // 15 mai // 5 juin // 3 juillet



*Vous rencontrez une difficulté avec l'utilisation de votre téléphone ou de votre tablette ?*

*Si, par exemple, vous n'arrivez pas à installer une application, à bloquer un numéro ou à récupérer un document téléchargé, venez avec votre appareil et nous vous aiderons à trouver une solution !*

**Renseignements : 01 34 18 72 18**  
**ou cprevost@ville-taverny.fr**

## DÉJEUNERS DANSANTS

NOUVEAU  
TRAITEUR



De 11h30 à 16h30

Théâtre Madeleine-Renaud – 6 rue du Chemin Vert de Boissy

Les jeudis : 13 février // 22 mai

*Ouverture des portes à 11h30.*

**Tarif : 30 € par personne**

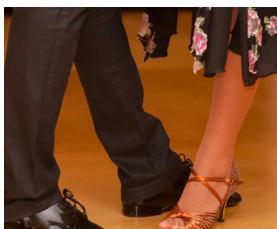
### Règlement et inscription :

Pour le 13 février > le mardi 28 janvier de 14h à 16h

Pour le 22 mai > le mardi 6 mai de 14h à 16h

*Pas de préinscription préalable.*

## THÉS DANSANTS



De 13h30 à 16h30

Théâtre Madeleine-Renaud – 6 rue du Chemin Vert de Boissy

Les jeudis : 6 février // 10 avril // 12 juin

*Ouverture des portes à 13h30.*

**Tarif : 5 € pour les Tabernaciens et 10 € pour les extérieurs**

**Pas d'inscription préalable, règlement sur place (chèque, espèces, carte bleue)**

# LES SECRETS DE SENLIS À CHANTILLY

**Le jeudi 13 mars**

Départ en car au niveau de l'Hôtel-de-Ville

- Heure précisée ultérieurement -



**10h : Visite guidée « Les mystères de Senlis »**

Les guides vous ouvriront les portes d'un patrimoine pas toujours visible et vous conteront les anecdotes qui font la renommée de la cité royale : cave, jardin, lieux habituellement fermés au public et exceptionnellement accessibles pour vous.

**12h15 : Déjeuner** dans un restaurant au cœur de Senlis, cave gothique du XII<sup>e</sup> siècle.

**15h : Visite guidée du Pavillon de Manse**

Ce bâtiment classé monument historique, ancien moulin des princes de Condé, est le cœur du système hydraulique qui servait à acheminer l'eau vers les fontaines et les jets d'eau des jardins du parc du château de Chantilly dessinés par André Le Nôtre.



**16h30 : Animation crème Chantilly**

Démonstration de la véritable recette de la crème Chantilly avec la Confrérie des Chevaliers Fouetteurs. Dégustation avec un goûter dans la salle de l'étendage du Pavillon de Manse.

**17h30 : Fin des visites**

**Tarif : 70 € par personne**

**Règlement et inscription : au CCAS  
le mardi 11 février de 14h à 16h**

*Pas de préinscription préalable.*



## JOURNÉE EN PICARDIE « À PIED, EN TRAIN, EN BATEAU »

**Le mardi 3 juin**

Départ en car au niveau de l'Hôtel-de-Ville

- Heure précisée ultérieurement -

**10h30 : Tour du centre ville d'Amiens en petit train**

**12h15 : Croisière déjeuner sur le bateau Picardie**

**15h30 : Visite guidée de la cathédrale d'Amiens**

**Tarif : 55 € par personne**

**Règlement et inscription :  
au CCAS le mardi 13 mai  
de 14h à 16h**

*Pas de préinscription préalable.*

**La destination de ce séjour, les tarifs, le détail du programme et la date d'inscription vous seront communiqués sur demande auprès du CCAS à partir de mi-février 2025.**

**Le CCAS vous propose cette année encore un voyage dans le cadre du dispositif « seniors en vacances » de l'Agence Nationale pour les Chèques Vacances.**

Ce séjour en France s'adresse aux personnes de **plus de 60 ans au moment du séjour**, retraitées ou sans activité professionnelle. Priorité sera donnée aux Tabernaciens non-imposables.

Les personnes éligibles au programme ANCV peuvent bénéficier d'une aide financière sous conditions de ressources, selon le revenu imposable indiqué sur le dernier avis d'imposition.

*Les tarifs 2025 ne sont pas encore connus, ils vous seront communiqués ultérieurement.*

## 8 jours / 7 nuits

Une offre de séjour de qualité, « tout compris »

Trajet en car au départ de Taverny



Programme d'excursions incluses



Animations et activités chaque jour



Hébergement en chambre double



Pension complète



## NOTES

## NOTES



**Renseignements :**

01 34 18 72 18 - [seniors@ville-taverny.fr](mailto:seniors@ville-taverny.fr)  
CCAS - 105 rue du Maréchal Foch, 95150 Taverny  
[ville-taverny.fr](https://www.ville-taverny.fr)

