

OCT-NOV-DÉC

RANDONNÉES PÉDESTRES

À La Forge – Gratuit
Sur inscription, avec certificat médical.

> **Tous les jeudis**
Des promenades de 7 à 20 km.
Encadrées par Jean-Claude, Evelyne,
Jean-Michel, Gilles et Marie-Josée.
Programme à La Forge et sur ville-viroflay.fr



LOISIRS

À La Forge – Gratuit

DANSES TRADITIONNELLES

> **Les lundis : groupe 1 de 9h à 10h30**
et groupe 2 de 10h30 à 12h (hors
vacances scolaires). Sur inscription.
Animées par Dominique.

APRÈS-MIDIS RÉCRÉATIFS

> **Les lundis et mercredis de 14h**
à 17h, arrivée et départ libres.

ATELIER PÂTISSERIE

> **Mercredis 22 octobre,**
19 novembre et 17 décembre
de 10h à 12h

ATELIER CHANT

> **Vendredis 24 octobre,**
21 novembre et 12 décembre
de 15h à 16h30
Animé par Véro et Evelyne.

ATELIER MANDALA

> **Mardis 28 octobre, 25 novembre**
et jeudi 19 décembre de 14h à 16h30
Animé par Marie.

CRÉATIF DE NOËL : SAC BRODÉ

> **Mercredis 5, 12, 19 et 26**
novembre de 14h à 16h
Animé par Marie-Laure.
Tarif : 9,50 €



ART FLORAL

> **Jeudi 18 décembre à 10h**
Animé par Bernadette et Hélène.
Tarif : 9,50 €

ATELIER « REPAIR CAFÉ »

À La Forge – Gratuit

> **Mardi 4 novembre de 14h à 16h**,
animé par Serge et Alain.

Des outils à disposition et 2 bénévoles
aux compétences multiples pour
vous aider à réparer ensemble vos
objets défectueux du quotidien .

TOUT AU LONG DE L'ANNÉE

MOBILITÉ

Accompagnements véhiculés dans Viroflay intramuros
et en limite de Viroflay pour les rdv médicaux.

Les lundis, mercredis et vendredis après-midis, de 14h à 17h
sur réservation 48h à l'avance.

20,30 € le carnet de 10 allers-retours + 1 aller-retour gratuit
Renseignements et inscriptions à La Forge au 01 30 24 47 25

Minibus marché : jeudi matin de 9h15 à 11h45. Gratuit.

Navigo senior à tarif réduit

Pour les personnes retraitées à partir de 62 ans, sans condition de ressources : 50 %
du forfait mensuel, zones de 1 à 5. Abonnement annuel. Informations au 09 69 39 22 22.

À DOMICILE

Bibliothèque, lecture, petits travaux de bricolage. Gratuit.

PLACES DE PISCINE GRATUITES

> Pour les personnes âgées viroflaysiennes non imposables sur le revenu avant
réduction d'impôt, dans la limite de 12 tickets par an et par personne.
> Pour les personnes handicapées viroflaysiennes avec un taux d'incapacité
reconnu par la MDPH. Renseignements au CCAS - 01 39 24 12 60.

SOUTIEN FINANCIER AUX SENIORS

Pour les seniors non imposables, réduction de 50 % sur les sorties
et les activités payantes.

MAINTIEN À DOMICILE

Soutien à domicile, téléassistance : à partir de 5,10 € par mois, 01 39 24 12 60
Carte Améthyste, renseignements au 01 39 24 12 60
Service de soins infirmiers à domicile, 01 39 24 21 40
Possibilité de déjeuner au Pavillon d'Elvire – 7, avenue de Versailles
du lundi au vendredi à 12h, tarif 12,13 €
L'association Soliha vous accompagne dans l'adaptation de votre habitat.
Informations au : 01 39 07 78 51

ECRIVAIN PUBLIC

Deux permanences mensuelles gratuites pour toutes vos démarches
administratives ou de la vie courante, aussi bien sur papier que par Internet.
Permanences : le 2^e jeudi du mois de 14h à 17h et le 4^e mercredi du mois de 10h
à 13h, à la bibliothèque. Informations et rdv au 01 39 24 12 60.

FORGEONS DES LIENS !

Le Service animations retraités de la Ville propose aux seniors, préretraités
ou retraités, des activités et des services favorisant les rencontres
et les découvertes. Il met les seniors à l'honneur en leur faisant partager
leurs expériences ou leurs savoir-faire dans de nombreux domaines.

SERVICES +

LA FORGE

ANIMATIONS | RENCONTRES | SORTIES



TOUT UN PROGRAMME POUR FORGER DES LIENS !

SERVICE ANIMATIONS RETRAITÉS

LA FORGE > 14, avenue des Combattants à Viroflay,
Salle Dunoyer de Segonzac (rez-de-chaussée).
Accueil du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h
et de 13h30 à 17h – Tél. : 01 30 24 47 25



OCT-NOV-DÉC

Pour chacune des activités et dans la limite des places disponibles, il est nécessaire de s'inscrire auprès du Service animations retraités.
Les inscriptions se font à partir du 20 de chaque mois pour le mois suivant.

Pour les activités payantes, les inscriptions s'effectuent en présentiel uniquement. En cas de désistement à une activité payante, l'activité ne sera pas remboursée, sauf sur présentation d'un certificat médical remis au Service animation retraités.



SEMAINE BLEUE : DU 6 AU 12 OCTOBRE

PETIT-DÉJEUNER VERNISSAGE

> **Lundi 6 octobre à partir de 9h30**
La Forge. Gratuit.

Autour d'un petit-déjeuner, venez découvrir les dessins réalisés par les enfants des accueils de loisirs élémentaires sur le thème « ce que j'aime faire avec mon papi, ma mamie ».

CINÉ-CLUB INTERGÉNÉRATIONNEL

> **Mercredi 8 octobre à 14h15**
Auditorium. Gratuit.

Hatchi, une histoire vraie de fidélité et d'amour entre un chien et son maître.

LA MÉDIATION ANIMALE INTERGÉNÉRATIONNELLE

> **Jeudi 9 octobre à partir de 9h45**
La Forge. Gratuit.

Un moment de partage et complicité avec les animaux.

ATELIER PATISSERIE INTERGÉNÉRATIONNEL

> **Mercredi 22 octobre à 10h**
La Forge. Gratuit.

Avec le Cocon des familles.



ESCAPADES

Départs groupés à La Forge

Inscription à La Forge. Places limitées.

MUSÉE DE LA MARINE - PARIS

> **Jeudi 2 octobre à 13h**

Tarif : 9,50 €

VISITE GUIDÉE DES COULISSES DE L'UNESCO ET GOÛTER AU CAFÉ-JOYEUX, PARIS

Le Café-joyeux est une entreprise inclusive située avenue des



Champs-Élysées (dans le cadre de la *Semaine européenne pour l'emploi des personnes handicapées*).

> **Mardi 18 novembre à 13h**

Tarif : 21,20 €

ILLUMINATIONS DE NOËL EN MINIBUS - PARIS

> **Mardi 2 et 9 décembre à 17h**

Tarif : 9,50 €

ATELIER INFORMATIQUE

À la bibliothèque

INTERNET, BUREAUTIQUE ET RETOUCHE-PHOTOS

> **Jeudis 2 et 16 octobre, 6 et 20 novembre et 18 décembre de 10h à 12h**

Animé par Josette et La Forge.

CULTURE

À La Forge - Gratuit

ATELIER ÉCRITURE

> **Vendredi 3 octobre, 7 novembre et 5 décembre de 14h30 à 16h30**

Animé par Sylvie.



DICTÉE

> **Vendredi 31 octobre de 14h à 16h**

Animée par Eveline.

EXPOSITION

L'ART DU TROMPE L'OEIL

> **Jeudi 23 octobre à 15h30**

Visite commentée gratuite.

Rendez-vous à l'*Écu de France*,
1, rue Robert Cahen

DÉCOUVRONS LES LIVRES DE LA FORGE ET LA MUSIQUE CLASSIQUE

> **Jeudis 30 octobre, 20 novembre et 11 décembre de 14h30 à 16h30**

Animé par Joëlle.

OCT-NOV-DÉC

BIEN-ÊTRE

À La Forge - Gratuit

ZEN ATTITUDE

> **Vendredi 10 octobre, 14 novembre et 12 décembre de 10h à 11h30**

Animé par Anne.

DÉTENTE ET LÂCHER PRISE

> **Vendredi 17 octobre, 28 novembre**

et **19 décembre de 10h à 11h30**

Animé par Antoine.

ATELIER BIEN-ÊTRE PAR LES PIEDS

> **Jeudis 6, 13 20, 27 novembre et 4 et 11 décembre de 10h à 12h**

En partenariat avec Chaville et la Conférence des Financeurs. Inscription aux 6 ateliers.



SORTIES AIDANTS-AIDÉS

Départs groupés à La Forge

Places limitées.

VISITE GUIDÉE DU PALAIS GALLIERA PARIS

> **Mardi 14 octobre à 13h**

Tarif : 15,90 €

DÉJEUNER AU RESTAURANT

> **Jeudi 13 novembre à 13h**

Tarif : 21,20 €

ILLUMINATIONS DE NOËL EN MINIBUS - PARIS

> **Mardi 16 décembre à 17h**

Tarif : 9,50 €

DÉJEUNERS-CONFÉRENCES

Au pavillon d'Elvire 7, avenue de Versailles

Déjeuner à partir de 12h
suivi d'une conférence à 14h.

> **Jeudi 16 octobre**

Culture : *La dynastie des Bourbons*, par M. François.

> **Jeudi 27 novembre**

Culture : *Voyage à travers l'Albanie*, par Mme Tanet.

> **Jeudi 4 décembre**

L'apport de l'animal aux handicaps, par Mme Dutillet (dans le cadre de la *Semaine européenne pour l'emploi des personnes handicapées*).

Tarif : 12,13 €, conférence gratuite.

CONVIVIALITÉ

À La Forge - Gratuit*

SALON DE THÉ - PASSION PHOTOS

> **Vendredi 17 octobre de 14h à 16h30**

Par Josette Le Bourhis. Votre transport peut être assuré.

GASTRONOMIE DU MONDE

> **Vendredi 21 novembre à 10h**

Rencontre culturelle et dégustation autour d'un atelier de cuisine orientale dans une ambiance conviviale. Déjeuner à La Forge. Animée par Eveline. Tarif : 9,50 €