

# 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](http://ville-viroflay.fr)



© Adobe Stock

## 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 €



© Adobe Stock

### 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 viroflasiennes non imposables sur le revenu avant réduction d'impôt, dans la limite de 12 tickets par an et par personne.  
> Pour les personnes handicapées viroflasiennes 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

### ÉCRIVAIN 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<sup>e</sup> jeudi du mois de 14h à 17h et le 4<sup>e</sup> mercredi du mois de 10h à 13h, à la bibliothèque. Informations et rdv au 01 39 24 12 60.

## 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.



# OCT-NOV-DÉC

## 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



JOYEUX

Servi avec le cœur

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.

► Vendredi 31 octobre de 14h à 16h

Animée par Eveline.

### DICTÉE

► Vendredi 31 octobre de 14h à 16h

Visite commentée gratuite.

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

### EXPOSITION L'ART DU TROMPE L'Oeil

► Jeudi 23 octobre à 15h30

Visite commentée gratuite.

► Jeudi 16 octobre

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

► Jeudi 27 novembre

DÉCOUVROURS LES LIVRES DE LA FORGE ET LA MUSIQUE CLASSIQUE

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

Animé par Joëlle.

© Adobe Stock

# OCT-NOV-DÉC

# 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 suivie d'une conférence à 14h.

► Jeudi 4 décembre

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

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 €