

# JAN-FÉV-MARS

## ESCAPADES

Départs groupés à La Forge  
Inscription et renseignements  
à La Forge. Places limitées.

**MUSÉE DE L'HISTOIRE  
DE L'IMMIGRATION**  
> **Mardi 13 janvier, à 13h**  
Tarif : 21,20 €

**ON VA S'AMUSER AU BILLARD/  
BOWLING**

> **Mardi 3 février, à 13h**  
Tarif : 15,90 €

**MAISON DE BERTHE MORISOT,  
BOUGIVAL**  
> **Mardi 24 mars, à 13h**  
Tarif : 21,20 €

## DÉJEUNERS-CONFÉRENCES

Au pavillon d'Elvire  
7, avenue de Versailles

Déjeuner à partir de 12h  
suivi d'une conférence à 14h.  
Tarif : 12,13 €, conférence gratuite.



- > **Jeudi 29 janvier**  
Culturel : histoire du tango  
argentin, par Mme Beyssade.
- > **Jeudi 12 février**  
Culturel : céramique d'art  
à Viroflay, par M. Bamblard.
- > **Jeudi 26 mars**  
« Mon métier, ma retraite » :  
Mme Cassard nous raconte  
son métier dans la presse.

## FÊTE DES SENIORS : LES ANNÉES ROCK'N ROLL

- > **Samedi 17 janvier de 14h à 18h**  
**Centre sportif Gaillon.**  
Spectacle, danse et goûter gourmet  
sont au programme.  
Gratuit, sur inscription, avant le 31 décembre,  
auprès du Service animation retraités  
au 01 30 24 47 25



## TOUT AU LONG DE L'ANNÉE

### MOBILITÉ

Accompagnement véhiculé dans Viroflay intramuros  
et en limite de Viroflay.

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

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

**Renseignements et inscriptions à la Forge et au 01 30 24 47 25**

### 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 du programme de la Forge.

### MAINTIEN À DOMICILE

Soutien à domicile, téléassistance : à partir de 5,10 € par mois.

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 rendez-vous au 01 39 24 12 60.

### FORGEONS DES LIENS !

Le Service animations retraités de la Ville propose aux seniors viroflaysiens,  
préretirés 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

**Mail : laforge@ville-viroflay.fr**



# JAN-FÉV-MARS

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.

## CONVIVIALITÉ

À La Forge

### GASTRONOMIE DU MONDE

> **Mardi 27 janvier à 10h**

Rencontre culturelle et dégustation autour d'un atelier de cuisine pour la découverte d'une recette guadeloupéenne, animée par Antoinette, déjeuner sur place.  
Tarif : 9,50 €

## 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.

Au Pavillon d'Elvire

7 avenue de Versailles – Gratuit

### SALON DE THÉ :

#### **DANSONS AU SALON DE THÉ !**

> **Mardi 17 février de 14h30 à 16h30**  
Animé par Véro et Nath  
Votre transport peut être assuré.

### ATELIER PÂTISSERIE

> **Mercredis 21 janvier, 11 février et 18 mars, de 10h à 12h.**

### ATELIER CHANT

> **Vendredi 9 janvier, jeudi 26 février et vendredi 20 mars, de 15h à 16h30,**  
Animé par Véro et Evelyne.

### ATELIER MANDALA

> **Mardis 20 janvier, 24 février et 17 mars, de 14h à 16h30,**  
Animé par Marie.

### ATELIER CRÉATIF : CRÉATION DE BIJOUX

> **Vendredi 13 mars à 14h**  
Animé par Françoise.  
Tarif : 9,50 €

# JAN-FÉV-MARS

## ATELIER INFORMATIQUE

À la bibliothèque – Gratuit

### INTERNET, BUREAUTIQUE ET RETOUCHE-PHOTOS

> **Jeudis 15 et 22 janvier, 5 et 12 février, et 19 mars, de 10h à 12h**  
Animé par Josette et La Forge.



## ATELIER « REPAIR CAFÉ »

À La Forge – Gratuit

> **Mardi 10 février, de 14h à 16h**  
Animé par Serge et Alain.  
Le principe est simple : des outils mis à disposition et 2 bénévoles aux compétences multiples pour

vous aider à réparer ensemble vos objets défectueux du quotidien (petit électroménager, lampe de chevet, rallonge électrique, radio...).

## CULTURE

À La Forge – Gratuit

### ATELIER MÉMOIRE

> **Mardis 24 février, 10 et 31 mars, de 10h30 à 12h**  
Des jeux ludiques pour faire travailler la mémoire.  
Animé par La Forge.

### DICTÉE

> **Mardi 27 janvier, de 14h à 16h**  
Animée par Eveline.



### « DÉCOUVRONS LES LIVRES DE LA FORGE ! »

> **Jeudis 15 janvier, 5 février et 5 mars, de 14h30 à 16h**  
Animé par Joëlle.

### ATELIER ÉCRITURE

> **Vendredi 27 mars, de 14h30 à 16h30**  
Animé par Sylvie.

### EXPOSITIONS - Gratuit

Visite commentée spécialement pour vous, à 15h30.

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

> **Jeudi 8 janvier : Cabanes**

> **Jeudi 12 mars :  
Évasion sous-marine**

# JAN-FÉV-MARS

## BIEN-ÊTRE

À La Forge - Gratuit

### ZEN ATTITUDE

> **Vendredis 30 janvier, 13 février et 13 mars, de 10h à 11h30**  
Animé par Anne.

### DÉTENTE ET LÂCHER PRISE

> **Vendredis 23 janvier, 20 février et 20 mars, de 10h à 11h30**  
Animé par Antoine.

### ATELIERS « DIEN CHAN »

> **Vendredis 23 et 30 janvier, 6, 13, 20 et 27 février, de 14h30 à 16h30**  
En partenariat avec Chaville et la Conférence des Financeurs.  
Inscription aux 6 ateliers

## RANDONNÉES PÉDESTRES

À La Forge – Gratuit

> **Tous les jeudis**

Des promenades de 7 à 20 kms. Encadrées par Jean-Claude, Jean-Michel, Gilles, Evelyne et Marie-José.

Programme disponible à la Forge et sur [ville-viroflay.fr](http://ville-viroflay.fr)  
Sur inscription, avec certificat médical.

## SORTIES AIDANTS-AIDÉS

### Départs groupés à La Forge

Nombre de places limité.  
Un temps de détente et de loisirs partagés et adaptés entre aidants et aidés.

### VISITE GUIDÉE DE LA MANUFACTURE DE SÈVRES

> **Jeudi 22 janvier, à 13h**  
Tarif : 15,90 €

### ALLONS AU CINÉMA !

> **Jeudi 19 février, à 13h**  
Tarif : 15,90 €

### CHÂTEAU DE VERSAILLES, VISITE GUIDÉE « LES APPARTEMENTS PRIVÉS DU ROI »

> **Jeudi 19 mars, à 13h**  
Tarif : 15,90 €