

L'écho DES RETRAITÉS

FÉVRIER
2024



Mercredi 3 avril

**Découvrez l'ancienne
demeure de Claude François !**



Ville de
Montigny
Lès Cormeilles



édito

Mesdames, Messieurs,

Une nouvelle année débute et c'est toujours avec le même dynamisme et le même engagement que la Municipalité et le service Retraités œuvrent au quotidien en direction des seniors ignymontains !

Que ce soit dans le domaine de la santé, pour lequel nous déployons des moyens importants afin d'attirer de nouveaux médecins, dans le domaine de l'aménagement du territoire avec l'avancée des travaux du nouveau centre-ville, qui comprendra des commerces et services utiles à la population, ou bien encore en matière d'action culturelle, avec l'ouverture en décembre de notre musée local sur l'histoire sociale et urbaine à l'Hôtel de Ville... 2024 sera une année charnière, riche en nouveaux projets et réalisations ambitieuses pour les Ignymontains !

En ce qui concerne plus spécifiquement le service Retraités, j'ai le plaisir, avec Christine Denis, conseillère municipale déléguée aux personnes âgées et handicapées, de vous présenter à travers cet Echo, la nouvelle équipe constituée depuis le début d'année. Christian, Nadia et Janèse, sont soucieux de la qualité du service rendu et d'ores et déjà prêts à s'investir pour et auprès des seniors de la ville.

En parcourant cette publication, vous retrouverez toute l'actualité du service Retraités ainsi que l'ensemble des divertissements organisés à votre attention.

Sport, crêpes party, repas à thème, sorties culturelles... avec en point d'orgue, le mercredi 3 avril, la visite du Moulin de Dannemois, le Musée de Claude François installé au cœur même de l'ancienne propriété du chanteur disparu.

Tel est le programme riche et enthousiasmant que nous vous avons préparé en ce début d'année !

Jean-Noël CARPENTIER, votre maire.

L'AGENDA de vos sorties



SÉANCES DE QI GONG

Espace Nelson-Mandela

Le QI GONG permet de favoriser la conscience du corps, de renforcer votre énergie et de développer calme, relâchement, coordination, équilibre et concentration. L'enseignement est progressif et adapté à chacun.

Les cours se dérouleront de 14h à 16h salle René-Char,  mercredi 7 février puis les mardis 5 et 19 mars ainsi que le 30 avril 2024.

Tenue de sport, chaussons ou chaussettes antidérapantes et tapis de sol recommandés.

Groupe de 20 personnes maximum
Tarif : 3,20 € / séance. **Préinscriptions**
auprès du service retraités.



DANSES EN LIGNE

Espace Nelson-Mandela

Venez prendre un cours de danses en ligne ! Cette activité contribue au maintien des capacités de mémorisation, d'équilibre et de coordination. Elle procure détente, échanges et relations entre les membres du groupe.

Les cours se déroulent les jeudis matin, de 10h à 11h30 les 1^{er}, 8, 29 février, les 7, 14, 21 et 28 mars ainsi que les 4 et 25 avril 2024.

Groupe de 15 personnes maximum
Tarif : 3,20 € / séance. **Préinscriptions**
auprès du service retraités.



CHORALE SENIORS

Foyer Club Municipal

 Nous sommes ravis de vous informer du lancement de votre toute nouvelle chorale seniors ! Chanteurs amateurs ou choristes expérimentés, du moment que l'envie de chanter est là, vous serez tous les bienvenus ! Au travers d'exercices ludiques de techniques vocales, de respiration, de développement d'oreille musicale de placement vocal, vous apprendrez à libérer votre voix et vos émotions. De quoi révéler l'artiste qui sommeille en vous !

Les répétitions se déroulent les mardis après-midi, de 14h à 16h, les 6 et 27 février, 12 et 26 mars, et 2 et 23 avril. Tarif : 3,20 € / séance. **Préinscriptions** auprès du service Retraités.

CLUB DE LECTURE Bibliothèque Georges-Brassens



Art de l'expression au même titre que le chant ou la musique, simple divertissement pour certains, réelle passion pour d'autres, la lecture permet de s'évader l'espace d'un instant. Vous souhaitez partager votre goût de la lecture avec d'autres passionnés ? Trouver des idées de romans ? Nous vous proposons, de rejoindre notre nouveau club de lecture créé à l'initiative de la Commission Seniors en partenariat avec la bibliothèque Georges-Brassens !

Les rencontres du club de lecture se déroulent les vendredis matin de 10h à 12h, les 15 mars, 3 mai et 21 juin 2024.

Activité gratuite mais qui nécessite une inscription à la bibliothèque (5 € l'année). Groupe de 15 personnes maximum. **Préinscriptions auprès du service Retraités.**



BATUCADA INTERGÉNÉRATIONNELLE

Centre de loisirs CIEL

Dans le cadre de la préparation du Carnaval de Montigny, samedi 25 mai, et dans la plus pure tradition des grandes fêtes populaires, nous vous proposons de constituer, avec les enfants des Centres de Loisirs de la Ville, une batucada Ignymontaine. Batucada signifie « battre en rythme ». La batucada est un style musical joué avec des percussions brésiliennes traditionnelles. Le rythme produit en fait un sous-genre de la samba. La batucada a été créée à Rio de Janeiro. Découverte des instruments traditionnels, apprentissage et pratique des rythmes d'ailleurs et in fine, création d'une parade qui déambulera le jour du Carnaval, sont au programme. N'hésitez pas à rejoindre les enfants de nos centres de loisirs pour battre la mesure !

Les ateliers se déroulent les mercredis matin de 10h à 11h30, les 14, 21 et 28 février, les 13 et 20 mars, les 3, 10 et 17 avril ainsi que le 22 mai avant la déambulation du 25 mai !

Préinscriptions auprès du service Retraités et Enfance au 01 30 26 38 24.

APRÈS-MIDI : CRÊPES PARTY

LUNDI 26 FÉVRIER

de 14h à 16h30 - Salle René Char

S'il est un goûter qui met tout le monde d'accord, c'est bien la crêpe party ! Autant le dire, il est tout aussi plaisant d'entendre la pâte frémir sur la crêpière et de la voir prendre une couleur dorée, que de la déguster. Venez donc participer à cet après-midi crêpe party pour partager à souhait des instants gourmands.

Activité gratuite - maximum 60 personnes **Préinscriptions auprès du service Retraités jusqu'au 16 février 2024**



VISITE DE CHARTRES

JEUDI 29 FÉVRIER 2024

Départ de Montigny à 7h30

Au programme de cette journée à Chartres :

10h : visite guidée d'1h30 du Compa suivie d'une dégustation.

Premier musée français consacré à l'agriculture, le Compa est un musée de société, de sciences et techniques qui aide les visiteurs à mieux se repérer dans un monde rural en (r)évolution. Il mêle, à travers 3000m² d'exposition, sciences, histoires, techniques et arts et présente une collection de machines agricoles des années 1800 à 1960 racontant le cycle des opérations agricoles.

12h30 : Déjeuner au restaurant
(entrée-plat-dessert-1/4 de vin-café)

14h45 : Visite guidée d'1h30 de la Cathédrale Notre-Dame.

Qualifiée de « chef d'œuvre du génie créateur humain » par l'UNESCO, la cathédrale s'affirme comme une triple merveille par ses dimensions architecturales, sa collection unique de vitraux du Moyen-Âge, sa crypte la plus longue d'Europe.

Tarif comprenant : transport en car, déjeuner et visites guidées : 55,50 €.
Maximum 53 personnes. Préinscriptions auprès du service Retraités jusqu'au 16 février 2024.

L'AGENDA de vos sorties



MOULIN DE DANNEMOIS : L'ancienne demeure de Claude-FRANÇOIS

Mercredi 3 avril 2024 Départ de Montigny à 8h30

Au programme de cette journée au moulin de Dannemois :

Visite guidée et commentée, d'une durée d'environ 1h, du musée du moulin de Claude-François. La particularité du Musée est qu'il est installé au cœur même du moulin de Dannemois, propriété du chanteur entre 1964 à 1978. Vous débuterez la visite par la maison américaine, qui fut l'aile du moulin réservée à l'usage personnel de l'artiste. Vous contemplerez son architecture ancienne mais aussi avant-gardiste pour l'époque, que l'artiste habillera d'un mobilier « Knoll », lui donnant également une touche de modernité. Cette visite guidée et commentée du site est bien entendu ponctuée d'anecdotes et de propos que votre guide distillera au fur et à mesure de celle-ci.

Déjeuner au restaurant

(entrée-plat-dessert-1/4 de vin-café)

Spectacle avec un sosie de Claude-François et ses danseuses (1h30)

Pour ponctuer cette journée déjà magnifique, avec une touche d'inoubliable, vous assisterez à un spectacle vous faisant revivre, les moments de folies, qu'étaient les spectacles de Claude François, clodettes, strass, paillettes, tubes, et lumières disco. Tout est réuni pour vous faire revivre les shows spectaculaires que livrait à ses fans l'artiste qui marqua sa génération.

Tarif comprenant : transport en car, déjeuner, visite guidée et spectacle : 50,50€. Maximum 67 personnes. Préinscriptions auprès du service Retraités jusqu'au 15 mars 2024.

SÉJOUR DE PRINTEMPS

A l'arrivée du printemps et dans le cadre des offres de séjours organisés à votre attention par le Centre Communal d'Action Sociale, nous vous concoctons un séjour d'une semaine, en France, en bord de mer ! Une échappée belle mémorable, empreinte de visites et de balades dans de superbes espaces préservés., dont le programme et les détails vous seront révélés au travers de notre plaquette de présentation.



LES REPAS à thème

Ecole du Centre 
rue Jacques Verniol
de 11h45 à 14h30



Repas Mexicain Mercredi 28 février

Préinscriptions auprès du
service Retraités jusqu'au
14 février 2024



Repas Guinguette Mercredi 20 mars

Préinscriptions auprès du
service Retraités jusqu'au
6 mars 2024



Repas Poisson Mercredi 24 avril

Préinscriptions auprès du
service Retraités jusqu'au
10 avril 2024

Nombre de places limité.
Repas facturé en cas
d'absence non signalée
au moins 48 heures
à l'avance.

VIE pratique

Vaccinations municipales publiques et gratuites :



Dans le cadre de ses actions en matière de santé et de prévention, la Ville organise mensuellement des séances de vaccinations gratuites à destination des Ignymontains de tout âge.

Les prochaines séances de vaccinations gratuites se tiendront les mercredis 7 février, 13 mars, 3 avril, 15 mai et 5 juin 2024, de 17h30 à 19h, dans les locaux municipaux situés au 13 bis, rue Elsa-triolet.

Vous avez une idée, nous avons la boîte !



Vous avez des souhaits, des propositions, des pistes d'amélioration, des suggestions pour enrichir votre programme en direction des seniors ? N'hésitez pas à venir partager vos idées ! Pour ce faire, le service Retraités ouvre une boîte à idées au Foyer Club Municipal, place de la Libération.

Vous ne souhaitez pas vous déplacer, aucun soucis, vous pouvez nous adresser un message à l'adresse email dédiée aux seniors : **retraites@ville-montigny95.fr**

Les suggestions reçues seront relevées régulièrement et soumises pour avis aux membres de notre commission seniors !



Une nouvelle équipe au service Retraités !

Depuis fin janvier, une nouvelle équipe est à votre écoute ! Christian Saint-Raymond, auparavant directeur d'une plateforme médico-sociale dans le Vexin, a rejoint la Ville de Montigny en tant que nouveau responsable du service Retraités. Il est entouré de Christine Denis, conseillère municipale déléguée aux personnes âgées et handicapées, de Janèse Petit-Homme et de Nadia Zouggar, agents administratifs, et de Guillaume Josse, directeur du CCAS.



Activités
proposées à
Montigny !

CALENDRIER

FÉVRIER

DANSES EN LIGNE

- ☐ 1^{ER} FÉVRIER
- ☐ 8 FÉVRIER
- ☐ 29 FÉVRIER

SÉANCES DE QI GONG

- ☐ 7 FÉVRIER

CHORALE DES SÉNIORS

- ☐ 6 FÉVRIER
- ☐ 27 FÉVRIER

BATUCADA INTERGÉNÉRATIONNELLE

- ☐ 14 FÉVRIER
- ☐ 21 FÉVRIER
- ☐ 28 FÉVRIER

CRÊPES PARTY

- ☐ 26 FÉVRIER

REPAS À THÈME

- ☐ 28 FÉVRIER

☐ VISITE DE CHARTRES

- ☐ 29 FÉVRIER



**JE COCHE LES SORTIES AUXQUELLES
JE COMPTE PARTICIPER !**

** Sous réserve de l'évolution de la crise sanitaire.*

MARS

SÉANCES DE QI GONG

- ☐ 5 MARS
- ☐ 19 MARS

DANSES EN LIGNE

- ☐ 7 MARS
- ☐ 14 MARS
- ☐ 21 MARS
- ☐ 28 MARS

CHORALE DES SÉNIORS

- ☐ 12 MARS
- ☐ 26 MARS



CLUB DE LECTURE

- ☐ 15 MARS

BATUCADA INTERGÉNÉRATIONNELLE

- ☐ 13 MARS
- ☐ 20 MARS

REPAS À THÈME

- ☐ 20 MARS

AVRIL

SÉANCES DE QI GONG

- ☐ 30 AVRIL

DANSES EN LIGNE

- ☐ 4 AVRIL
- ☐ 25 AVRIL

CHORALE DES SÉNIORS

- ☐ 2 AVRIL
- ☐ 23 AVRIL

BATUCADA INTERGÉNÉRATIONNELLE

- ☐ 3 AVRIL
- ☐ 10 AVRIL
- ☐ 17 AVRIL

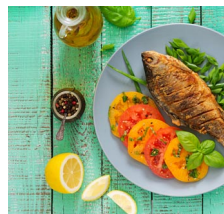
☐ VISITE DU MOULIN DE DANNEMOIS

- ☐ 3 AVRIL



REPAS À THÈME

- ☐ 24 AVRIL



Service retraités place de la Libération

Tel : 01 30 26 30 26 - retraites@ville-montigny95.fr