

N°2

**AVRIL | MAI
JUIN | JUILLET**

2026



**BULLETIN
DES SENIORS**

BIEN-ÊTRE DES SENIORS

Votre vitalité, votre plaisir au quotidien !

Février à Décembre

Participez et inscrivez-vous :
- dans votre maison de quartier
- au Club H. Pons
- au Club A. Croizat

Exercices physiques adaptés

Conseils sur l'alimentation

Autonomie numérique

Gestion du stress

Stimulation de la mémoire



Renseignements auprès du
Pôle Autonomie et Santé du CCAS
01 34 38 27 73 | sarcelles.fr

RETOUR EN IMAGES

REPAS DES SENIORS 2026

Les 26 et 27 janvier derniers, notre traditionnel repas des seniors a une nouvelle fois tenu toutes ses promesses. Plus de 1 600 convives se sont réunis pour partager ce moment privilégié. Entre saveurs gourmandes et pas de danse, l'ambiance était au rendez-vous grâce à une animation musicale qui a fait vibrer la salle. Une parenthèse enchantée témoignant de la vitalité de nos aînés !



GALA DES SENIORS « STORY 80 »

Notre traditionnel gala des seniors a fait salle comble les 16 et 17 février derniers. La compagnie Thierry Tacinelli a présenté son nouveau spectacle sur le thème des années 80, qui a conquis le cœur du public. Des seniors ravis ont ainsi pu partager un moment festif inoubliable !



ACTION INTERGÉNÉRATIONNELLE « PROJET PASSE LA PAROLE »

Le projet « Passe la Parole » arrive à son apogée !

Après un travail de création mené de janvier à mai 2026 entre jeunes lycéens et seniors, la troupe d'un jour vous invite à la restitution de sa pièce de théâtre le vendredi 29 mai à la salle Berrier.

Un moment de partage authentique qui prouve que le talent n'a pas d'âge !



Pour toute information concernant les horaires, veuillez contacter le [01 34 38 20 23](tel:0134382023) ou le [06 19 38 70 20](tel:0619387020)

CLUBS SENIORS

NOS ATELIERS PERMANENTS

ATELIERS PERMANENTS



Tous les **mercredis** de **11h15 à 12h15** au club Pons.
Tous les **vendredis** de **11h15 à 12h15** au club Croizat.



Tous les **vendredis** de **14h à 16h** au club Croizat.
Tous les **mardis** de **10h à 12h** au club Pons.



Tous les **mardis** de **14h à 15h** et de **15h à 16h** au club Pons.
Tous les **lundis** et les **jeudis** de **11h à 12h** au club Croizat.



Tous les **lundis** de **10h à 12h** et de **14h à 17h** au club Pons.
Tous les **mercredis** de **10h à 12h** et de **14h à 17h** au club Croizat.



Loto, repas et goûters partagés, les anniversaires du mois

Renseignements et inscriptions au **01 34 19 25 80**.
Les clubs sont ouverts de **10h à 17h**.

ADRESSES

- Club Honoré Pons, 44, avenue Pierre Brossolette
- Club Ambroise Croizat, 2 bis, avenue Henri Prost

AGENDA

DIFFICULTÉ DE MARCHÉ POUR LES SORTIES PROPOSÉES :

- 👣 1 pas > marche facile
- 👣👣 2 pas > quelques difficultés de marche
- 👣👣👣 3 pas > marche difficile

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AUPRÈS DU PÔLE LOISIRS ANIMATIONS
01 34 38 20 10 - 01 34 38 21 30

UNE JOURNÉE ROYALE AU CHÂTEAU DE VERSAILLES

Difficulté de marche : 👣👣👣

Tarif : gratuit

Nombre de places : 60

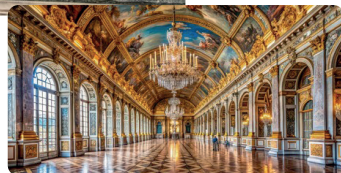
Déjeuner libre (pique-nique, restauration rapide sur place)

Mardi 28 avril 2026

Pré-inscription à partir du **jeudi 9 avril 2026**

Oubliez le quotidien et laissez-vous transporter dans l'univers de Louis XIV. Vous aurez le privilège de visiter l'ensemble du domaine : des somptueux grands appartements à la scintillante Galerie des Glaces, en passant par les appartements royaux et les jardins à la française.

Une occasion unique de partager un moment de culture et de convivialité dans l'un des plus beaux chefs-d'œuvre du patrimoine mondial.



Un car de ramassage sera mis à votre disposition et assurera le transport jusqu'au château de Versailles.

Les points de montée suivants vous sont proposés :

- 8 h 00 → Rue Gabriel Péri (face à l'arrêt de bus Bel Air / Gosserots)
- 8 h 05 → Cimetière (place du Souvenir Français)
- 8 h 10 → Salle Berrier (arrêt de bus Place du 11 Novembre)
- 8 h 15 → Devant le centre culturel Assyro-Chaldéen
- 8 h 20 → Korian Les Merlettes
- 8 h 30 → Arepa
- 8 h 35 → Arrêt de bus Raoul Dufy
- 8 h 40 → Centre Administratif
- 8 h 45 → Proximité du foyer ALJT (à l'angle de l'avenue Paul Valéry et du boulevard Carpeaux)
- 8 h 55 → Mont-de-Gif (à l'angle de la RD 208 et de l'avenue Massenet)

THÉ DANSANT DE PRINTEMPS

Mercredi 13 mai 2026

Billets d'entrée à retirer à partir du jeudi 16 avril 2026 auprès du Guichet unique, au 1er étage du Centre Administratif

Tarif : gratuit

Tél. : 01 34 38 20 10 / 01 34 38 21 30

Les beaux jours reviennent et, avec eux, le plaisir de se retrouver lors de notre thé dansant de printemps.

Ambiance musicale et goûter partagé !

Venez nombreux profiter de cet après-midi festif !



VISITE DU PARC ZOO THOIRY SAFARI

Difficulté de marche : 

Tarif : 26 €

Nombre de places : 60

Déjeuner libre (pique-nique, restauration rapide sur place)

Mardi 23 juin 2026

Pré-inscription à partir du lundi 26 mai 2026

Venez découvrir le parc de Thoiry et plongez au coeur de 150 hectares d'exception dans les Yvelines, aux portes de Paris. Explorez le safari en car, où les animaux évoluent en semi-liberté, pour une expérience immersive unique. Prolongez l'émerveillement dans le parc à pied, véritable écrin de biodiversité.



Un car de ramassage sera mis à votre disposition et assurera le transport jusqu'au zoo de Thoiry.

Les points de montée suivants vous sont proposés :

- 7 h 30 → Rue Gabriel Péri (face à l'arrêt de bus Bel Air / Gosserots)
- 7 h 35 → Cimetière (place du Souvenir Français)
- 7 h 40 → Salle Berrier (arrêt de bus Place du 11 Novembre)
- 7 h 45 → Devant le centre culturel Assyro-Chaldéen
- 7 h 50 → Korian Les Merlettes
- 8 h 00 → Arepa
- 8 h 05 → Arrêt de bus Raoul Dufy
- 8 h 15 → Centre Administratif
- 8 h 20 → Proximité du foyer ALJT (à l'angle de l'avenue Paul Valéry et du boulevard Carpeaux)
- 8 h 30 → Mont-de-Gif (à l'angle de la RD 208 et de l'avenue Massenet)

SORTIES BORD DE MER À VEULES-LES-ROSES

Difficulté de marche : 

Tarif : 40 €

Nombre de places : 120

Déjeuner au restaurant

Jeudi 2 juillet 2026

Jeudi 9 juillet 2026

Pré-inscription à partir du **lundi 8 juin 2026**

Au programme : déjeuner au restaurant « La Table du Dun » dans le petit village de Fontaine-le-Dun. Laissez-vous séduire par une cuisine savoureuse et inventive mettant à l'honneur les produits locaux et de saison.

Puis départ pour Veules-les-Roses (9 min en car) pour découvrir l'un des plus beaux villages de France. Situé entre Fécamp et Dieppe, sur le plateau de Caux surplombant les falaises de la Côte d'Albâtre, Veules-les-Roses offre tous les attraits d'un village entre mer et campagne. Avant de se jeter dans la Manche, la Veules, le « plus petit fleuve de France », propose un parcours verdoyant et fleuri, jalonné de moulins et de chaumières, tandis que villas et cabines de bains rappellent les origines de la station balnéaire.



Les points de montée suivants vous sont proposés :

- 7 h 00 → Rue Gabriel Péri (face à l'arrêt de bus Bel Air / Gosserots)
- 7 h 05 → Cimetière (place du Souvenir Français)
- 7 h 10 → Salle Berrier (arrêt de bus Place du 11 Novembre)
- 7 h 15 → Devant le centre culturel Assyro-Chaldéen
- 7 h 20 → Korian Les Merlettes
- 7 h 30 → Arepa
- 7 h 35 → Arrêt de bus Raoul Dufy
- 7 h 40 → Centre Administratif
- 7 h 45 → Proximité du foyer ALJT (à l'angle de l'avenue Paul Valéry et du boulevard Carpeaux)
- 7 h 55 → Mont-de-Gif (à l'angle de la RD 208 et de l'avenue Massenet)

EN ATTENDANT LA FÊTE DE LA MUSIQUE

Samedi 20 juin

📍 Centre culturel Simone Veil

20H | BŒUF JAZZ

Profitez du dernier Boeuf Jazz de la saison proposé par les professeurs du Conservatoire dans le cadre exceptionnel des jardins du Centre Culturel Simone Veil.

Restauration sur place et pique-niques autorisés.

22H | CINÉMA EN PLEIN AIR

Projection du film LA LA LAND

Film musical écrit et réalisé par Damien CHAZELLE.

Entrée libre

QUIZ VOYAGE & BIEN-ÊTRE

Testez vos connaissances et évadez-vous !



Niveau Facile – Découverte

1. Qui a fait construire le Château de Versailles ?

- A. Napoléon
- B. Louis XIV
- C. Louis XVI

2. Quelle est la particularité de la Galerie des Glaces ?

- A. Elle contient des centaines de miroirs
- B. Elle est entièrement en or
- C. Elle sert de musée de peintures



Niveau Facile – Nature & Animaux

3. Quelle activité peut-on faire au parc de Thoiry ?

- A. Visiter un aquarium
- B. Faire un safari en voiture
- C. Skier

4. Le parc est connu pour :

- A. Ses montagnes
- B. Ses animaux en semi-liberté
- C. Ses plages



Niveau moyen – Évasion

5. Pourquoi Veules-les-Roses est-il célèbre ?

- A. Pour sa tour Eiffel miniature
- B. Pour le plus petit fleuve de France
- C. Pour ses volcans

6. Ce village se situe :

- A. En montagne
- B. En bord de mer
- C. Dans le désert



Niveau Bien-être – Prenez soin de vous

7. Quelle activité est recommandée pour rester en forme ?

- A. Rester assis toute la journée
- B. Marcher régulièrement
- C. Dormir uniquement

8. Pour garder le moral, il est conseillé de :

- A. S'isoler
- B. Ne rien faire
- C. Voir ses proches et participer à des activités

Votre score

- 0 à 3 bonnes réponses : On s'entraîne encore !
- 4 à 6 bonnes réponses : Bravo, de bonnes bases !
- 7 à 8 bonnes réponses : Excellent, vrai globe-trotteur !

NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

PÔLE LOISIRS ANIMATIONS

01 34 38 20 10 / 01 34 38 21 30

