



FORUM **INFOS** 79

LES RENDEZ-VOUS DES SENIORS DE RUEIL-MALMAISON - *Octobre - Novembre - Décembre 2024*



16

VISITE
*Observation ornithologique
et historique*



15

SORTIE
Château de Monte-Cristo



19

LOISIRS CRÉATIFS
Mosaïque

...NOMBREUSES ACTIVITÉS GRATUITES ET ACCESSIBLES À TOUS...

ACTUS DU FORUM

4



Festivités de fin d'année | Semaine Bleue | Forum Giga Senior | Aquagym | Gym douce | Forum en avant première | Wifi

LES ACTIVITÉS

8

Les activités | Les jeux

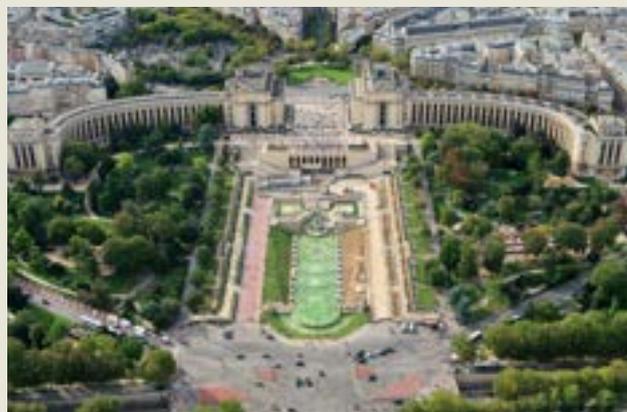
Atelier anti-stress | Généalogie | Ciné-débat | Théâtre | Forum café | Plaisir des mots | Papotage tricotage | Initiation tarot | Concours belote | Loto passion | Scrabble duplicate | Skyjo | Skip-Bo | Baccalauréat | Trivial Pursuit | Yam's | Tarot | Pyramide | Rummikub chiffres |



VISITES

14

Les symboles cachés de la rive gauche | Bowling | Fabrication du jus de pomme et crumble | Château de Monte-Cristo | Basilique cathédrale de Saint-Denis | Observation des bassins de Versailles | Sèvres se dévoile | Visite du cimetière du Père-Lachaise | La saga des grands magasins | Le Père Noël à Janvry |



LOISIRS CRÉATIFS

19

Ateliers mosaïque |



AGENDA

20

Retrouvez vos rendez-vous en un coup d'œil !

INFOS PRATIQUES

Retrouvez toutes les infos d'inscriptions au dos de votre Forum Infos

FORUM INFOS

LES RENDEZ-VOUS DES SENIORS DE RUEIL-MALMAISON • Octobre - Novembre - Décembre 2024

Adresse: Hôtel de Ville - 13 boulevard Foch - 92501 RUEIL-MALMAISON CEDEX. Tél.: 01 47 32 65 65 / **Directrice de la publication**: Blandine Chancerelle / **Directrice de la rédaction**: Marie-Pierre Avril / **Rédaction**: Isabelle Delangle, Didier Calvary, Véronique Vigny, Nathalie Traoré / **Coordination**: Pierre Guillon, Clément Tissot, Angéline Hernandez / **Crédits photos**: Ville de Rueil-Malmaison - C. Soresto - P. Martinez - P. Détrez - C. Clier - Jean-Pierre Kosinski - Paris Byzance Paradise - Emma Summerton - William Beaucardet - Philharmonie de Paris - Patrimoine-histoire - Forum Seniors - Fotolia / **Conception/ Exécution**: Mine de créa - Mariane Kanté et Emilie Leconte / **Impression**: Estimprim

Édito

Madame, Monsieur, chers Amis.

Avec toute l'équipe municipale, nous vous souhaitons d'ores et déjà d'excellentes fêtes de fin d'année, un Noël qui soit le plus heureux possible pour vous et votre famille.

Le trimestre commencera par la traditionnelle Semaine Bleue. Vous en trouverez le programme détaillé dans ce magazine.

Pour ce dernier trimestre, les réjouissances verront la reprogrammation d'une sortie qui a eu un énorme succès au mois de mai de cette année : « Sèvres se dévoile ».

Vous mettrez ensuite le cap vers notre capitale pour découvrir les symboles cachés de la rive gauche comme par exemple le fameux médaillon Arago. Après cette découverte insolite, place au traditionnel bowling où vous pourrez réaliser des strikes à volonté !

A la mi-octobre, le Forum Seniors vous invitera à la ferme du Mont-Valérien pour vous apprendre à fabriquer du jus de pomme. Puis à quelques lieues de Rueil, nous vous emmènerons au château de Monte-Cristo où vous assisterez à un parcours théâtralisé de la demeure chère à Alexandre Dumas. Après cette magnifique découverte, retour à l'Histoire de France avec un grand H puisque vous aurez l'occasion de visiter la basilique Saint-Denis, lieu où reposent les principaux rois de France ; Le lendemain, changement complet de thème puisque nous irons observer les oiseaux avec un guide naturaliste qui vous expliquera également l'histoire de l'acheminement de l'eau dans les bassins de Versailles au temps de Louis XIV.

Les deux sorties du mois de novembre se dérouleront à Paris. Pour la première, un guide vous emmènera dans les allées du cimetière du Père-Lachaise pour vous conter certaines légendes de célébrités y reposant. Et le trimestre se terminera à la Cité de l'architecture où l'on vous racontera la saga des grands magasins parisiens.

Pour terminer l'année en beauté, nous retournerons aussi au petit village de Janvry dans l'Essonne, où vous pourrez faire le plein de cadeaux avant Noël car cette bourgade de l'Essonne est devenue le « village » du père Noël.

Concernant nos activités, elles se poursuivront comme à l'accoutumée et vous pourrez continuer à reconstituer l'histoire de votre famille à travers les sessions de généalogie, participer aux séances d'anti-stress, assister aux ciné-débats, vous initier à des travaux manuels ou bien encore partager des moments de convivialité autour des activités que nous vous proposons comme le Plaisir des mots, les concours de belote et loto ou encore le tricotage-papotage.

Si vous avez du mal avec votre outil numérique, l'équipe reste à votre disposition pour vous en faciliter la manipulation !

Nous terminons cet éditorial en évoquant les Festivités de Noël et vous invitons à vous rapprocher du Forum seniors ou de votre mairie de village pour en connaître les modalités.

Avec toute l'équipe municipale et les employés de la Maison de l'Autonomie, nous vous souhaitons d'heureuses fêtes de fin d'année.



Patrick OLLIER
Ancien Ministre
Maire de Rueil-Malmaison
Président de la Métropole du Grand Paris



Blandine CHANCERELLE
Adjointe au Maire déléguée
aux Affaires Sociales, Familiales et aux Seniors



MERCREDI 18 ET JEUDI 19 DÉCEMBRE

FESTIVITÉS DE FIN D'ANNÉE

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVEC UNE PIÈCE D'IDENTITÉ ET UN JUSTIFICATIF DE DOMICILE DE MOINS DE TROIS MOIS.

Déjeuner dansant de Noël

Destinés aux personnes de 70 ans et plus, les repas de Noël se dérouleront les mercredi 18 et jeudi 19 décembre (en fonction de votre village) au gymnase Michel-Ricard.



Colis de Noël

Un colis de Noël sera offert aux personnes de 75 ans et plus ne pouvant se rendre au déjeuner dansant et qui l'auront préalablement réservé.

Afin de vous inscrire, deux solutions s'offrent à vous, soit en vous rendant directement à la Maison de l'Autonomie ou auprès des mairies de village, soit en envoyant un mail à l'adresse suivante noelseniors@mairie-rueilmalmaisson.fr en envoyant le questionnaire joint à votre courrier et en l'accompagnant des justificatifs indiqués ci-dessus. Une confirmation de votre inscription vous sera ensuite renvoyée par mail.

Les périodes d'inscriptions auront lieu du 8 au 31 octobre pour les colis de Noël et du 28 octobre au 15 novembre pour les déjeuners dansants du lundi au vendredi de 9h30 à 11h30 et 14h à 17h (Mairies de villages fermées les après-midis des vacances scolaires).





Gratuit

LA SEMAINE BLEUE

SEMAINE BLEUE 2024

 **Inscription obligatoire auprès de l'accueil de la Maison de l'Autonomie au 01 41 39 88 00**

MARDI 1ER OCTOBRE De 14h à 16h
GRAND LOTO GÉANT AU RESTAU-CLUB

MERCREDI 2 OCTOBRE De 14h à 17h

THÉÂTRE

Représentation théâtrale de la troupe du Forum Seniors

JEUDI 3 OCTOBRE De 14h à 17h

TRADITIONNEL « BAL »

Venez battre du pied au rythme de la musique.



FORUM GIGA SENIOR

Gratuit

VENDREDI 4 OCTOBRE
 De 13h30 à 18h

À destination des seniors et en partenariat avec l'Institut des Hauts-de-Seine, ce Forum de prévention et de dépistage regroupe tous les grands thèmes de la santé et de la vie quotidienne. Des dépistages gratuits (auditif, visuel, dentaire, cardio vasculaire...) et des actions bien-être (massage, relooking...) sont proposés. Des stands consacrés à la vie quotidienne permettent également d'aborder les sujets tels que la vie juridique, le logement, l'habitat, les loisirs...

 **Gymnase Le Stadium**

Accès libre

Les inscriptions valent pour une année scolaire (de septembre à juin). Cependant, le paiement s'effectue chaque fin de trimestre pour le suivant, permettant ainsi aux seniors qui le souhaitent d'arrêter les cours et de permettre à d'autres de les suivre. En cas de non-paiement, vous perdez votre place qui se retrouve ainsi libérée.

Les inscriptions se déroulent exclusivement au Forum Seniors.

Pour les nouveaux inscrits, un nouveau certificat médical de moins de 3 mois sera demandé pour valider votre inscription pour l'année scolaire 2024/2025.

SPORTS

AQUAGYM

Sport complet, l'eau permet d'obtenir relaxation, tonification musculaire et veineuse.

LUNDI De 11h15 à 12h - Piscine Municipale des Closeaux

MARDI De 11h15 à 12h - Piscine Municipale des Closeaux

JEUDI De 11h15 à 12h - Piscine Municipale de l'Arsenal

VENDREDI 11h à 11h45 - Piscine Municipale de l'Arsenal

Tarif par catégorie (€) et à la séance

A	B	C	D	E	F	G	H
2,2	2,9	3,6	4,3	5	5,7	6,4	7,1

Inscription obligatoire



GYM DOUCE

Réveil musculaire, travail corporel alternant des rythmes lents et dynamisants, renforcements et étirements.

LUNDI De 14h à 15h - L'Orangerie

MARDI De 14h à 15h - L'Orangerie

JEUDI De 14h à 15h & 15h à 16h - L'Orangerie

Tarif par catégorie (€) et à la séance

A	B	C	D	E	F	G	H
0,7	1	1,2	1,4	1,7	1,9	2,1	2,4

Inscription obligatoire



Nous vous rappelons l'importance des légendes présentant le degré de difficulté de chaque activité et la possibilité de participer à certaines activités en visioconférence.



VISIOCONFÉRENCE



ACCESSIBLE À TOUS



PEU DE MARCHÉ



STATION DEBOUT ET MARCHÉ



STATION DEBOUT ET MARCHÉ



BOÎTE À IDÉES

LE FORUM EN AVANT-PREMIÈRE

JEUDI 12 DÉCEMBRE À 14h

À LA MÉDIATHÈQUE JACQUES-BAUMEL

Gratuit



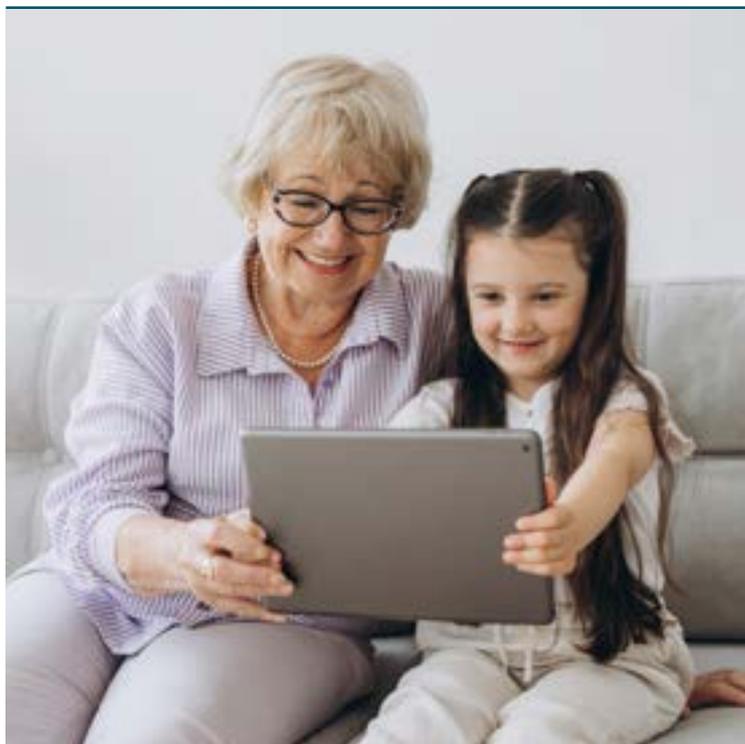
L'équipe du Forum Seniors vous présente le programme des sorties, ateliers et des activités à venir. **Les animateurs sont à votre disposition pour répondre à toutes vos questions.**



1. Isabelle
2. Nathalie
3. Didier
4. Véronique
5. Katarzyna



 Médiathèque Jacques-Baumel
Sans inscription



WIFI *Gratuit*



Besoin de vous connecter à internet ?

Le Forum Seniors dispose d'un accès WiFi en libre service. Rentrez le code dans les paramètres de connexion WiFi de votre téléphone portable, votre ordinateur ou votre tablette, cliquez, et le tour est joué !

(Code disponible à l'accueil du Forum Seniors).

Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal



Gratuit

MERCREDI 23 OCTOBRE

De 14h à 16h

ATELIER ANTI-STRESS

Approuvée par les plus grands psychologues au monde, cette méthode a maintenant prouvé son efficacité. À l'aide d'un support de concentration et de relaxation, mettez de la couleur dans votre vie. Venez participer à ce nouvel atelier d'art-thérapie.

 **Maison de l'Autonomie**
Inscription obligatoire

ATELIER GÉNÉALOGIE

Créez votre arbre et découvrez votre histoire...

Vous pouvez, avant de vous inscrire aux dates ci-dessus, contacter notre animateur Didier afin de connaître le contenu des séances.

GROUPE 1 (GROUPE « EXPERT ») :
LES JEUDIS 10 OCTOBRE ET 21 NOVEMBRE

GROUPE 2 (GROUPE « INTERMÉDIAIRE ») :
LES JEUDIS 17 OCTOBRE ET 28 NOVEMBRE

GROUPE 3 (GROUPE « DÉBUTANT ») :
LES JEUDIS 7 NOVEMBRE ET 12 DÉCEMBRE

De 9h à 12h

Tarifs à la séance (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
1,2	1,6	2	2,4	2,8	3,2	3,6	4

 **Médiathèque Jacques-Baumel**
Inscription obligatoire



Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal



**LES MARDIS 8 OCTOBRE,
19 NOVEMBRE,
ET 10 DÉCEMBRE**
De 14h à 17h

Gratuit

CINÉ-DÉBAT

Le Forum Seniors vous propose des projections cinéma suivies d'un débat animé par l'un de ses animateurs. Le titre du film et le thème du débat vous seront communiqués lors de votre inscription à la séance.

 **Médiathèque Jacques-Baumel**
Inscription obligatoire

**LES MERCREDIS 30 OCTOBRE ET 20 NOVEMBRE
LES VENDREDIS 11, 18 ET 25 OCTOBRE,
13 DÉCEMBRE**
De 9h à 12h

THÉÂTRE

Gratuit

L'envie de monter sur les planches ne vous a jamais quitté ? Venez et rejoignez cette troupe de théâtre où travail, bonne humeur et volonté sont les maîtres-mots !

 **Centre socio-culturel des Mazurières**
Inscription obligatoire



Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal

Gratuit



**VENDREDI
22 NOVEMBRE**
De 10h à 12h

FORUM CAFÉ

Envie de parler culture, évasion ou de simplement bouger ? Venez-vous joindre à nous !

C'est le rendez-vous du Forum Seniors où sont évoquées toutes les nouveautés culturelles du moment et une multitude de bons plans. Le forum café, ce sont aussi des personnes motivées qui organisent entre elles des sorties au théâtre, des voyages d'une journée en ville ou à la mer...

 **Maison de l'Autonomie**
Inscription obligatoire



VENDREDI 22 NOVEMBRE
De 14h à 16h

Gratuit

PAPOTAGE TRICOTAGE

Venez papoter et échanger autour des secrets de vos réalisations !

 **Maison de l'Autonomie**
Inscription obligatoire

MARDI 26 NOVEMBRE
De 14h à 16h30

Gratuit

PLAISIR DES MOTS

Vous voulez vous amuser et jouer autour de notre belle langue française ? Venez découvrir ses subtilités en faisant une dictée et d'autres jeux ludiques. Ambiance garantie !



 **Maison de l'Autonomie**
Inscription obligatoire



VENDREDI 13 DÉCEMBRE
De 9h30 à 11h45

Gratuit

INITIATION TAROT

Le Forum Seniors vous propose de venir découvrir le jeu du tarot, jeu d'équipe de 3 à 5 joueurs qui contient 78 cartes. Le premier tarot a été créé au XV^{ème} siècle en Europe.

 **Centre socio-culturel Riber**
Inscription conseillée

Venez participer, avec les animateurs du Forum Seniors, à divers jeux de société.
Faites travailler vos méninges dans une ambiance conviviale !

Les jeux se déroulent à la Maison de l'Autonomie.

 Participation gratuite – Inscription conseillée.



CONCOURS DE BELOTE

**LES MERCREDIS 9 OCTOBRE
ET 27 NOVEMBRE**

De 14h à 16h

 Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
1,9	2,2	2,6	2,9	3,7	4	4,4	4,8

LOTO PASSION

**LES MERCREDIS 16 OCTOBRE
ET 20 NOVEMBRE**

De 14h à 16h

 Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
1,9	2,2	2,6	2,9	3,7	4	4,4	4,8

**MARDI 29 OCTOBRE
JEUDI 21 NOVEMBRE**

De 14h à 16h

Gratuit
Nouveauté

SCRABBLE EN DUPLICATE

Le Scrabble duplicate est une variante du scrabble qui consiste à jouer une partie commune en tentant à chaque coup de faire le meilleur score possible. Les joueurs ont tous les mêmes lettres et la grille est commune.



MERCREDI 30 OCTOBRE

De 14h à 16h

Gratuit
Nouveauté

SKYJO

Skyjo est un jeu de cartes se déroulant en plusieurs manches. Le jeu prend fin lorsqu'un joueur atteint la barre des 100 points ou la dépasse. À la fin de la partie, celui qui a obtenu le moins de points est déclaré vainqueur. L'objectif de Skyjo est de recueillir le moins de points possible tout au long de la partie.



Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal

**LES LUNDIS 18 NOVEMBRE
ET 30 DÉCEMBRE**

De 14h à 16h

Gratuit
Nouveauté

SKIP-BO

Le Skip-bo est un jeu de cartes pour 2 à 6 joueurs, semblable au solitaire. Le but est de poser toutes vos cartes tout en empêchant les autres joueurs de poser les leurs.



**MERCREDI 20 NOVEMBRE
LUNDI 23 DÉCEMBRE**

De 14h à 16h30

Gratuit

BACCALAURÉAT

Le jeu de lettres dont le but est de retrouver en un temps minimum une série préalablement définie de mots commençant par la même lettre en fonction de catégories.



 **Maison de l'Autonomie**
Inscription obligatoire



LUNDI 9 DÉCEMBRE
De 14h à 16h30

Gratuit

TRIVIAL PURSUIT®

Vous voulez confronter vos connaissances à d'autres personnes ? Participez donc au Trivial Pursuit revisité !

 **Maison de l'Autonomie**
Inscription obligatoire



LUNDI 9 DÉCEMBRE
De 14h à 16h

YAM'S

Le but du jeu du yam's est de réaliser des combinaisons avec 5 dés et de marquer le plus de points possible. Le yam's se joue seul ou à plusieurs, sans limite du nombre de joueurs.

 **Maison de l'Autonomie**
Inscription obligatoire

Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal

MARDI 10 DÉCEMBRE

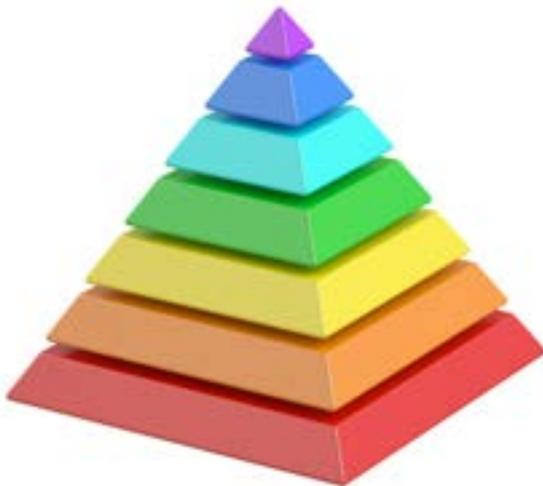
De 14h à 16h

Gratuit

TAROT

Pour les initiés de ce jeu de cartes.

 Maison de l'Autonomie
Inscription obligatoire



MERCREDI 11 DÉCEMBRE

De 14h à 16h30

Gratuit

PYRAMIDE

Plusieurs personnes s'affrontent et doivent deviner un mot que le maître du jeu tente de leur faire découvrir sans pouvoir dire le mot en question mais en utilisant des synonymes, ou autres astuces.

 Maison de l'Autonomie
Inscription obligatoire



MERCREDI 11 DÉCEMBRE

De 14h à 16h

Gratuit

RUMMIKUB CHIFFRES

Le Rummikub est un jeu de société pour deux, trois ou quatre joueurs, qui se joue avec des jetons rectangulaires (plaques ou tuiles). Les règles sont très voisines du jeu de cartes.

 Maison de l'Autonomie
Inscription obligatoire

Pour les reconductions, seules les personnes inscrites sur la liste d'attente de la précédente programmation sont prioritaires. Elles peuvent se manifester physiquement auprès du Forum Seniors **entre les 17 et 20 septembre.**

(Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal.)



LUNDI 7 OCTOBRE *Après-midi*

Nouveauté

LES SYMBOLES CACHÉS DE LA RIVE GAUCHE

Saviez-vous que derrière l'appellation « Méridien de Paris » se cache le plus grand « monument » de Paris (17 km de long !) presque invisible pour les « non-initiés » ?

De Port-Royal à l'Observatoire, construit selon des données scientifiques et symboliques absolument rigoureuses, en passant par les jardins du Luxembourg (château de la Lumière), cette visite vous plonge au cœur du symbolisme. Nous passerons bien sûr par l'église Saint-Sulpice, pour en démêler les secrets vrais et faux, et bien d'autres curiosités.

Saurez-vous retrouver en chemin les médaillons d'Arago, petites plaques incrustées dans la pierre, qui retracent ce fameux méridien Nord / Sud ?

Une visite insolite où l'art, l'histoire, l'ésotérisme et ... l'humour seront présents.

Paris (75) - Retour à la gare de Rueil vers 18h15

Attention : sortie en RER. Prévoir l'achat d'un billet de transport aller/retour.

Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
9	10,8	12,6	14,4	18	19,8	21,6	23,4

Inscription obligatoire

JEUDI 10 OCTOBRE *Après-midi*

Reconduction

BOWLING

Le forum seniors vous convie à un après-midi bowling.

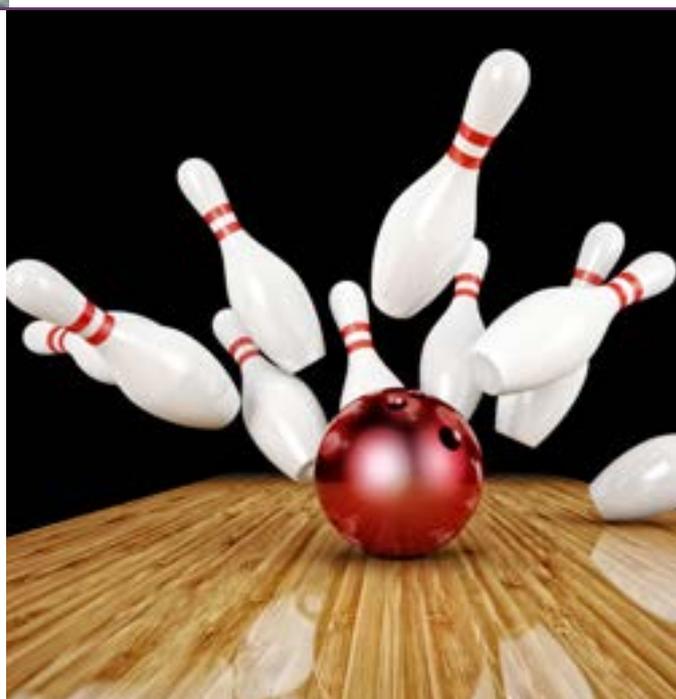
Si vous êtes le roi du strike ou si vous voulez faire un peu de sport, cette sortie est faite pour vous. À l'issue de deux parties où tous les regards seront tournés vers vous, vous pourrez peut-être repartir avec une petite médaille si vous finissez dans les trois premiers. C'est en tout cas tout le mal que l'on vous souhaite.

Saint-Gratien (95)- Retour à la mairie vers 18h

Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
5,6	6,7	7,8	8,9	11,1	12,2	13,3	14,4

Inscription obligatoire



Pour les reconductions, seules les personnes inscrites sur la liste d'attente de la précédente programmation sont prioritaires. Elles peuvent se manifester physiquement auprès du Forum Seniors **entre les 17 et 20 septembre.**

(Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal.)



MARDI 15 OCTOBRE Après-midi

Gratuit
Reconduction

FABRICATION DU JUS DE POMME ET CRUMBLE

Venez fabriquer et déguster notre jus de pomme à la Ferme du Mont-Valérien.

Vous aurez une démonstration des différentes étapes en 2 heures, vous serez invités à broyer les pommes et les presser. Nous finirons par une dégustation.

Attention atelier difficile pour les épaules, coudes et bras.

Rueil (92) - Fin de la prestation vers 16h

Inscription obligatoire



JEUDI 17 OCTOBRE Après-midi

Nouveauté

CHÂTEAU DE MONTE-CRISTO

Des comédiens costumés interviennent lors de votre visite guidée du domaine de Monte-Cristo. Des personnages fictifs sortent de l'œuvre de Dumas et rencontrent des figures de la vie de l'auteur. Ils expliquent et commentent la vie au château de Monte-Cristo au temps d'Alexandre Dumas. Par le biais du théâtre, chacun plonge dans l'atmosphère de l'époque. Alexandre Dumas, le maître des lieux, n'est pas là, mais les personnages interprétés par les comédiens se chargent bien d'évoquer et de faire revivre ce que l'écrivain nommait lui-même « une réduction du Paradis terrestre »... Laissez-vous porter par l'énergie des comédiens de la compagnie Ankreation et du guide-conférencier pour vivre l'univers de Dumas grâce à leurs saynètes.

Port-Marly (78)- Retour à la mairie vers 18h

Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
10,5	12,6	14,7	16,8	21	23,1	25,2	27,3

Inscription obligatoire

Pour les reconductions, seules les personnes inscrites sur la liste d'attente de la précédente programmation sont prioritaires. Elles peuvent se manifester physiquement auprès du Forum Seniors **entre les 17 et 20 septembre.**

(Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal.)



LUNDI 21 OCTOBRE Journée

Nouveauté

BASILIQUE CATHÉDRALE DE SAINT-DENIS

Rendez-vous dans un restaurant : un menu unique (entrée, plat et dessert) vous sera proposé (sous réserve)

La Basilique de Saint-Denis est le premier chef-d'œuvre monumental de l'art gothique au XIII^{ème} siècle.

Sa construction fut achevée au temps de Saint-Louis, au XIII^{ème} siècle et elle fut restaurée par Viollet-le-Duc au XIX^{ème} siècle. Son architecture est remarquable par la diversité de ses styles et la richesse de ses vitraux. Vous pourrez aussi y admirer le plus grand ensemble de sculptures funéraires du monde avec ses 70 gisants et tombeaux de souverains.

 **Saint-Denis (93)** - Retour à la mairie vers 18h

Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
27,5	33	38,5	44	55	60,5	66	71,5

Inscription obligatoire

MARDI 22 OCTOBRE Après-midi

Nouveauté

OBSERVATION DES BASSINS DE VERSAILLES

Profitez d'une observation ornithologique sur le site de l'observatoire des étangs de Saclay. Vous découvrirez également l'histoire des rigoles qui alimentaient en eau les fontaines du parc du château de Versailles.

Venez découvrir les étangs de Saclay et laissez-vous conter l'histoire de ce réseau hydraulique unique au monde.

C'est aussi l'occasion de profiter de l'observatoire ornithologique et de sa vue imprenable sur les dizaines d'espèces d'oiseaux qui y nichent. Une guide sur les oiseaux de la région vous fera découvrir les différentes espèces qui vivent dans cette réserve naturelle. Héron cendré, sternes pierregarins ou encore des grands cormorans, ils n'auront plus de secrets pour vous !

 **Saclay (91)** - Retour à la mairie vers 17h30

Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
3,7	4,5	5,2	5,9	7,4	8,1	8,9	9,6

Inscription obligatoire



Pour les reconductions, seules les personnes inscrites sur la liste d'attente de la précédente programmation sont prioritaires. Elles peuvent se manifester physiquement auprès du Forum Seniors **entre les 17 et 20 septembre.**

(Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal.)



LUNDI 4 NOVEMBRE *Après-midi*

Reconduction

SÈVRES SE DÉVOILE

Le musée est une institution unique en son genre et fut le premier voué aux arts du feu. Il représente une source inépuisable d'inspiration pour les artisans de la manufacture, les créateurs et les collectionneurs. Les céramiques du monde entier et de toutes les époques qu'il conserve et expose, invitent aux voyages.

 **Sèvres (92)** - Retour à la mairie vers 18h

Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
9,5	11,4	13,3	15,2	18,9	20,8	22,7	24,6

Inscription obligatoire



MARDI 5 NOVEMBRE *Après-midi*

Nouveauté

VISITE DU CIMETIÈRE DU PÈRE-LACHAISE

S'il existe un lieu à Paris propice à exciter l'imaginaire et faire revivre les légendes, il s'agit bien du cimetière du Père-Lachaise. Un guide du Paris des légendes, vous invite à le suivre dans les chemins reculés du cimetière, loin des circuits classiques et touristiques, pour vous conter des histoires à la fois envoûtantes et mystérieuses. Grande histoire et petites anecdotes, destins fabuleux, tragiques ou oubliés, votre guide vous révélera les secrets les mieux enfouis du cimetière. Partez à la rencontre des esprits qui habitent les lieux : du Révérend Père François de la Chaize à la cartomancienne de la Révolution, des amants maudits aux artistes déçus, des maréchaux d'Empire aux fantômes de la Commune, des adeptes de spiritisme aux lugubres messes noires, le Père Lachaise se révèle être un des plus grands livres d'Histoire. En franchissant les portes de cette mythique nécropole, c'est assurément dans un autre monde que vous pénétrez pour une promenade aussi romantique que macabre.

 **Paris (75)** - Retour à la gare de Rueil vers 18h15

Attention : sortie en RER. Prévoir l'achat d'un billet de transport aller/retour.

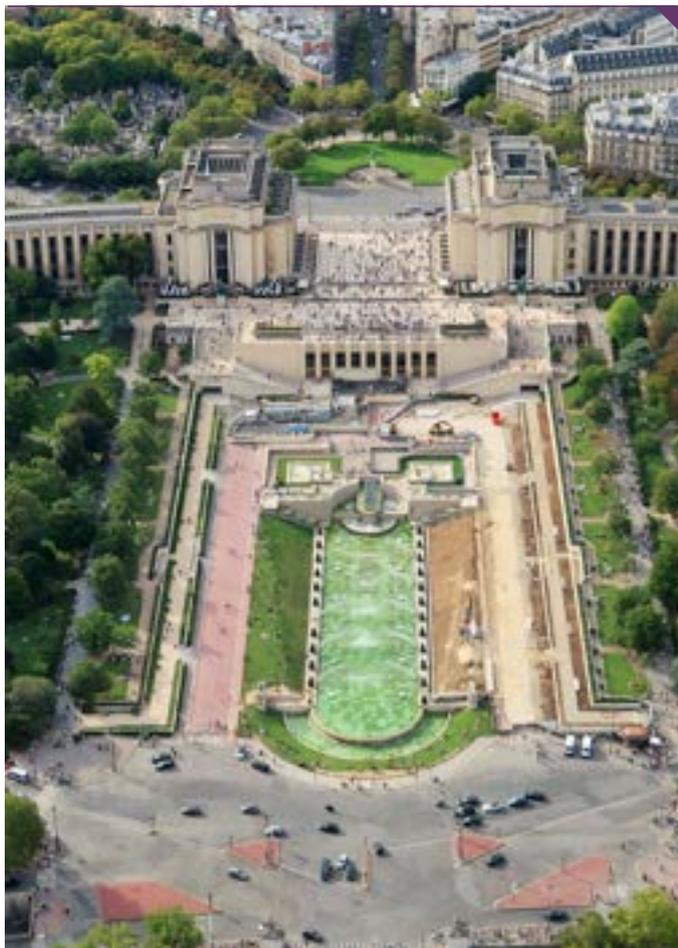
Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
10,5	12,6	14,7	16,8	21	23,1	25,2	27,3

Inscription obligatoire

Pour les reconductions, seules les personnes inscrites sur la liste d'attente de la précédente programmation sont prioritaires. Elles peuvent se manifester physiquement auprès du Forum Seniors **entre les 17 et 20 septembre.**

(Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal.)



JEUDI 21 NOVEMBRE *Après-midi*

Nouveauté

LA SAGA DES GRANDS MAGASINS

À la Cité de l'architecture, cette exposition retrace l'histoire des grands magasins depuis leur création au XIX^e siècle jusqu'à nos jours. Dans un contexte d'industrialisation, les magasins inventent une architecture spectaculaire mais surtout une manière toute nouvelle de présenter les marchandises. Ce sont de véritables ruches avec un grand nombre d'employés.

À partir des années 1980, ils proposent un art de vivre et une révolution du prêt à porter. Au-delà de cette histoire passionnante, nous avons devant nous les grands changements de nos sociétés et modes de vie.

 Paris (75) - Retour à la gare de Rueil vers 18h

Attention : sortie en RER. Prévoir l'achat d'un billet de transport aller/retour.

Tarifs par catégorie (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
9,3	11,1	13	14,8	18,5	20,5	22,2	24

Inscription obligatoire

VENDREDI 29 NOVEMBRE *Après-midi*

Gratuit

Reconduction

LE PÈRE NOËL À JANVRY

Si vous souhaitez retrouver votre âme d'enfant, le Forum vous invite à une sortie tout à fait inattendue : aller voir le Père Noël à Janvry dans l'Essonne.

Ce petit village de 600 âmes organise depuis plus de 20 ans son marché de Noël traditionnel qui attire chaque année de plus en plus de monde. Vous trouverez un marché de Noël avec une centaine d'artisans locaux, 200 crèches du monde dans l'église, des automates, des marrons chauds de l'école du village.

Janvry a été désigné « village du père Noël » en 2019.

 Janvry (91) - Fin de la prestation vers 18h

Inscription obligatoire



(Modalités d'inscriptions au dos de la couverture du journal.)



ATELIERS MOSAÏQUE

LES MARDIS 22 ET 29 OCTOBRE, 19 ET 26 NOVEMBRE ET 10 DÉCEMBRE

De 9h30 à 12h

Venez participer aux ateliers trimestriels « mosaïque » (jeux de couleurs et de formes, décorez une table, un tableau, une boîte ...).

Le nécessaire :

- une pince à mosaïque,
- une règle,
- de la colle,
- un crayon à papier,
- une gomme,
- une pince à épiler,
- un pinceau à colle,
- des lingettes bébé.

Pour les débutants une planche de bois de 25 x 25 cm, épaisseur minimum 12 mm, prêt du matériel pour les débutants.

 Maison de l'Autonomie

Participation trimestrielle - Tarifs par catégories (€) :

A	B	C	D	E	F	G	H
3,3	4,4	5,4	6,5	7,6	8,7	9,8	10,8

INFOS PRATIQUES

Le Forum Seniors s'adresse aux personnes âgées de 62 ans et plus.

INSCRIPTIONS ET QUOTIENT 2024

IMPORTANT : Pour ceux qui ne l'ont pas fait en début d'année, votre quotient doit être recalculé en 2024 afin de vous permettre de bénéficier d'un éventuel tarif dégressif. A cet effet, nous vous remercions de nous présenter votre carte d'identité, votre dernier avis d'imposition, un justificatif de domicile de moins de trois mois et un RIB.

DATES D'INSCRIPTIONS

Pour chaque activité, la date à laquelle vous pouvez vous inscrire dépend de la première lettre de votre nom de famille. Sur la période d'inscription, le nombre de places par personne est limité.



Aux sports :

À partir du 3 septembre, pour les nouveaux inscrits, en fonction des places restantes.

Un certificat médical de moins de 3 mois sera demandé pour valider votre inscription pour l'année scolaire 2024/2025. Uniquement au Forum Seniors.



Aux sorties :

La date à laquelle vous pouvez vous inscrire dépend de la première lettre de votre nom de famille.

Au Forum Seniors

Règlement par chèque ou espèces (faire l'appoint)

Et en Mairies de village

Règlement uniquement par chèque.



Aux loisirs créatifs et aux activités : (généalogie, théâtre, loisirs créatifs)

Uniquement au Forum Seniors
Le jeudi 19 septembre de 14h à 17h

A à D Mardi 24 septembre de 14h à 17h

E à L Mercredi 25 septembre de 14h à 17h

M à Q Jeudi 26 septembre de 14h à 17h

R à Z Lundi 23 septembre de 14h à 17h

Pour les reconductions, seules les personnes inscrites sur liste d'attente de la précédente programmation sont prioritaires. Elles peuvent se manifester en se présentant physiquement au Forum Seniors entre les 17 et 20 septembre.

À PARTIR DU 27 SEPTEMBRE, pour tous les loisirs, inscriptions uniquement au Forum Seniors, en fonction des places disponibles.



HORAIRES DU FORUM SENIORS

Fermé les après-midi des vacances scolaires.
Fermé le 3 octobre et les 18 et 19 décembre.

LUNDI		
MARDI	9h à 11h45	13h30 à 17h30
MERCREDI	9h à 11h45	13h30 à 17h30
JEUDI	9h à 11h45	13h30 à 17h30
VENDREDI	9h à 11h45	13h30 à 17h30

Uniquement jusqu'à 17h pour les règlements

Le journal « Forum Infos » est à votre disposition au Forum Seniors, à la Maison de l'Autonomie, à l'Hôtel de ville, en Mairies de village, au CCAS et au restau-club Robert-Debré.

Vous pouvez également le consulter sur :
www.ccas-rueilmalmaison.fr



ANNULATIONS AUX SORTIES, ACTIVITÉS...

Annulation pour raison médicale : remboursement sur présentation d'un certificat et d'un RIB pour les sorties et les activités (remboursement dans un délai de 15 mois environ).

Annulation sans raison médicale : remboursement si l'annulation a lieu au plus tard 15 jours avant la date de la sortie ou de l'activité ou de l'atelier.

*Direction des Affaires Sanitaires et Sociales
Maison de l'Autonomie - Forum Seniors*

*10 ter rue d'Estienne-d'Orves
92500 Rueil-Malmaison
01 41 39 88 00*

villederueil.fr

PROCHAIN NUMÉRO DU
FORUM INFOS

MI-DÉCEMBRE 2024