

PROGRAMME CENTRE DE VIE SOCIALE DE GASSICOURT

**DU JEUDI 1^{ER} SEPTEMBRE AU
SAMEDI 17 DÉCEMBRE 2022**

OUVERT À TOUS LES HABITANTS





Vie des quartiers

TEMPS FORTS

CONFÉRENCE SUR LA MÉMOIRE POUR LES SENIORS ***

Conférence « Comment entretenir la mémoire ? » suivie de la présentation des activités existantes sur la ville permettant l'entretien et la stimulation.

Jeudi 15 septembre

De 14h à 17h
Agora

JOURNÉE PORTES OUVERTES ***

Animations ludiques, éducatives, culturelles et musicales

Vendredi 16 septembre | De 18h à 22h30

SEMAINE BLEUE **

Repas partagé suivi d'un thé dansant. Chaque senior est invité à apporter un plat, une entrée ou un dessert.

Lundi 10 octobre

| De 12h à 16h30

PIÈCE DE THÉÂTRE « PINOCCHIO » **

Spectacle de la compagnie TAMERANTONG en collaboration avec l'association « Lire et partir »

Vendredi 7 octobre

De 14h à 16h30
CVS de Gassicourt

JOURNÉE DE LA PARENTALITÉ **

Présentation des activités et actions existantes à Mantes-la-Jolie pour accompagner les parents dans leur fonction de parent : atelier parents-enfants créatif, sensoriel, culinaire, jeux, etc...

Samedi 15 octobre

De 10h à 17h
Agora

OCTOBRE ROSE - MARCHÉ ROSE **

Départ du CVS Aimé-Césaire en passant par les CVS Peintres-Médecins, Les Garennes et arrivée au CVS de Gassicourt : temps de convivialité, ateliers de sensibilisation animés par la ligue et le CRCDC, atelier culinaire/santé par l'association Take Care Ummah, etc...

Jeudi 20 octobre

| De 13h30 à 17h

BAL D'AUTOMNE DES SENIORS *

Après-midi dansant suivi d'un goûter gourmand

Inscription auprès des accueils des CVS à partir du lundi 31 octobre.

Vendredi 18 novembre

De 14h à 18h
CVS de Gassicourt

JOURNÉE DE LUTTE CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES **

Cours de self-défense pour les femmes

Vendredi 25 novembre | De 14h30 à 16h

REPAS DE FIN D'ANNÉE *

Soirée musicale sur le thème du monde

Vendredi 16 décembre | De 19h à 22h



Sport et bien-être

MARCHE **

De la simple promenade à des parcours plus soutenus. Portez un autre regard sur la ville en découvrant des lieux emblématiques au travers d'itinéraires variés.

Tous les mardis (à partir du 6 septembre)

| De 14h à 16h

GYMNASTIQUE *

Atelier animé par l'Association Sportive Mantaise. Certificat médical de moins de 3 mois et attestation d'assurance obligatoires.

Gym douce (à partir du 30 septembre)

Tous les vendredis | De 9h à 10h

Gym douce (à partir du 30 septembre)

Tous les vendredis | De 10h à 11h

ZUMBA * (à partir du 5 octobre)

Certificat médical de moins de 3 mois et attestation d'assurance obligatoires.

Tous les mercredis | De 19h à 20h30

RELAXATION/BIEN-ÊTRE **

Une pause détente et bien-être vous attend.

Relaxation

Les mardis 11 octobre, 15 novembre et 13 décembre | De 9h30 à 11h30



Parentalité

ESPACE PARENTS/ENFANTS **

ENFANTS DE 0 À 6 ANS

Lieu d'écoute et d'échanges, de jeux et de rencontres qui privilégie la parole et la convivialité. Les enfants viennent s'initier en douceur et en sécurité à la « vie sociale ». Différents ateliers sont proposés : cuisine, activités manuelles, contes...

Atelier culinaire dans le cadre de la semaine du goût

Mercredi 12 octobre | De 14h à 16h

Atelier jeux

Mercredi 9 novembre | De 14h à 16h

Ateliers contes

Mercredis 5, 19 octobre, 16 novembre et 7 décembre | De 14h à 16h
Médiathèque Louis-Aragon

Atelier modelage

Mercredi 23 novembre | De 14h à 16h

Éducation à la nutrition

Mercredi 30 novembre | De 14h à 16h

Soirée contes

Vendredi 2 décembre | De 18h à 21h

Histoires et comptines

Mercredi 14 décembre | De 14h à 16h

ESPACE PARENTS **

Cet espace permet aux parents de se retrouver et d'échanger sur différents thèmes, en lien avec le rôle de parent.

CAFÉ DES PARENTS **

Animation d'un temps d'échanges lors du conseil de classes au collège de Gassicourt

Mardi 13 décembre

| De 17h à 19h

PERMANENCE D'ACCUEIL DES PARENTS ***

Accueil, information et accompagnement dans les démarches en ligne

Du lundi 5 au mercredi 7 septembre

| De 14h à 17h



Partageons nos savoirs

CHANT **

CHANTONS ENSEMBLE *En partenariat avec le Collectif 12 (à partir du 30 septembre)*

Tous les vendredis

| De 14h à 16h

LES RDV DU LUNDI **

Ronde des talents

Lundis 19 septembre, 17 octobre, 21 novembre et 12 décembre

| De 14h à 16h30

Exposition sur les 90 ans de Mantes-la-Jolie

Lundi 26 septembre

| De 14h à 16h30

Atelier peinture

Lundi 10 octobre

| De 14h à 16h30

Broderie, bijoux pâte fimo

Lundis 7, 14, 28 novembre et 5 décembre

| De 14h à 16h30



Vous avez la parole

PAROLE AUX HABITANTS **

PETIT DÉJEUNER

Rencontre avec les partenaires

Judi 8 septembre | De 9h30 à 11h

Groupes de paroles dans le cadre de la journée internationale de lutte contre les violences faites aux femmes

Judi 10 novembre | De 9h à 11h

PARLONS'EN

Bilan 2022 et perspectives 2023

Lundi 12 septembre | De 14h à 16h30



Animations seniors

LES RDV DES SENIORS ***

Diverses activités de loisirs, de découvertes, des sorties et des rencontres.

Atelier culinaire « faire ses confitures soi-même »

Judi 6 octobre | De 14h30 à 16h30

Atelier culinaire « Semaine du goût »

Un chef cuisinier vous donne rendez-vous autour d'un atelier pour partager son savoir-faire.

Judi 13 octobre | De 14h30 à 16h30

Ateliers mémoire

Jeudis 20 octobre, 10 novembre et 8 décembre

| De 14h30 à 16h30

Paroles aux seniors

Jeudi 15 décembre

| De 14h30 à 16h30

LES ATELIERS DU PRIF (PRÉVENTION RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE) **

« Ateliers Tremplin »

Bien vivre son passage à la retraite - Prendre soin de soi - Gérer son budget, réaliser ses démarches administratives et juridiques - S'engager dans des activités et projets - Vos projets 3 mois après.

Jeudis 17, 24 novembre et 1^{er} décembre

| De 14h à 16h

PASSAGE À LA RETRAITE **

Conseils et opportunités pour bien vivre sa retraite

Lundi 3 octobre

| De 14h à 16h



Services et Partenaires

MÉDIATEUR

Aide aux démarches administratives. **Uniquement sur RDV.**

Du lundi au vendredi
CVS Aimé-Césaire, CVS Peintres-Médecins
et CVS Les Garennes

De 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

APPRENTISSAGE DE LA LANGUE FRANÇAISE

Coordonné par la coordination linguistique. Pour toute inscription ou renseignement : 01 34 00 16 29 (Mairie de Quartier du Val Fourré). En partenariat avec les associations SSAAD, KJPF, CROIX ROUGE, IFDEV, ASTI, RESTOS DU CŒUR, LE CHAPLIN.

ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

En partenariat avec les associations APCIA, AROA, EIAPIC, KJPF, SSAAD, COURS POUR TOUS. Plus d'infos : Réussite Éducative au 01 34 00 16 37

ASSOCIATION MODE D'EMPLOI (INSERTION ET ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE)

Accompagnement pour la rédaction et saisie de CV et lettre de motivation.

CVS Aimé-Césaire

Les mardis et jeudis
De 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h

ASSOCIATION POUR LE DROIT À L'INITIATIVE ÉCONOMIQUE (ADIE)

CVS Aimé-Césaire

Tous les lundis
De 9h à 12h et de 14h à 16h30

CVS Les Garennes

Tous les vendredis
De 9h à 12h et de 14h à 16h30

APPUI AUX ENTREPRENEURS, CRÉATION ET REPRISE D'ENTREPRISES (BGE)

CVS de Gassicourt

Les mercredis et vendredis
De 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h
Uniquement sur RDV



Tarifs

ACTIVITÉ PHYSIQUE GYMNASTIQUE

Annuel : 17,50 €
Trimestriel : 7,40 €

ZUMBA

Annuel : 69,50 €
Trimestriel : 23,50 €
Mensuel : 9,50 €

COUTURE

Annuel : 19,50 €
Trimestriel : 7,50 €
Mensuel : 4 € (*inscription valable 1 mois à renouveler le mois suivant*)
Stage : 6,40 € (*pendant les vacances scolaires - 3 jours - du lundi au mercredi*)

ANIMATION / REPAS

(participation forfaitaire - repas non fourni pour les -1 an)

Repas traditionnel : 3,40 € l'unité
(*barbecue, repas champêtre...*)
Repas festif : 6,40 € l'unité
(*traiteur, repas avec animation, repas de fin d'année*)

SORTIES

Intra-muros : 3,20 € par personne
Extra-muros (*dans les Yvelines*) : 5 € par personne
Extra-muros (*hors Yvelines*) : 7,60 € par personne
Gratuité pour :
> les moins de 3 ans
> le 4^{ème} enfant de la fratrie et au-delà

INFOS PRATIQUES

Accueil du lundi au vendredi De 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h

CVS DE GASSICOURT

 1, place Paul-Bert  01 34 78 99 70