

n° 172

tournesol

Activités-loisirs
des retraités
novembre - décembre 2021

Les Fêtes ensemble !



Cher.es ami.es,

Avec ce Tournesol nous accueillons à bras ouverts, gestes barrière et passe sanitaire compris :), les fêtes de fin d'année. Nous vous attendons nombreux pour festoyer chaque moment proposé.

L'équipe du Service retraités

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

> Voir feuille fournie en annexe.

Les ateliers du Tournesol rouvrent

gratuit

Sous réserve de l'évolution des conditions sanitaires.

PATCHWORK/BRODERIE les lundis et mardis de 14 h à 17 h foyer Bièvre

DESSIN ET PEINTURE le mercredi de 14 h 15 à 16 h 30 salle Frérot

PEINTURE SUR SOIE le jeudi de 14 h 30 à 16 h 30 foyer Bièvre

JEUX DE SOCIÉTÉ les vendredis à 14 h foyer Bièvre

SOPHROLOGIE le jeudi de 9 h 45 à 10 h 45 salle Saint-Éloi

PILATE reprise jeudi 18 novembre à 10 h 45

Le règlement se fera par cotisation annuelle.

MARCHE NORDIQUE reprise à partir du vendredi 18 mars 2022

Aide de fin d'année

À l'occasion des fêtes de fin d'année le Centre communal d'action sociale offre une aide aux familles et personnes dont le Taux de participation individualisé est inférieur ou égal à 17,8%. Si vous ne connaissez pas votre TPI pensez à le faire calculer auprès du Service aide et médiation sociale en vous munissant de votre avis d'imposition 2020 sur les ressources 2019 et/ou votre numéro d'allocataire CAF.

N'oubliez pas de vous inscrire avant le 30 novembre 2021 auprès du Service aide et médiation sociale.

Information et renseignement au : 01 47 40 58 67 ou 01 47 40 58 33

novembre

mar. 9	8h30	BALADE MATINALE À L'ÉTANG DE LA GENESTE <i>Sortie en matinée</i>	2,50€
mar. 16	8h30	LA BIBLIOTHÈQUE RICHELIEU <i>Visite guidée</i>	3€
jeu. 18	13h15	RÉCIT DE VOYAGE EN AFRIQUE DU SUD <i>gratuit</i>	
ven. 19	11h	INSTANT DE DÉCOUVERTE	gratuit
mar. 23	9h30	LA FONDATION CARTIER <i>Exposition</i>	8€
ven. 26	9h	LES RENCONTRES Tournesol	<i>gratuit</i>
mar. 30	15h15	ILLUMINATIONS DE CHARTRES <i>Balade spectacle dîner</i>	29€

décembre

jeu. 2	14h	CAFÉ DE NOËL À LA BIÈVRE	gratuit
ven. 3	10h	INSTANT DE DÉCOUVERTE <i>Atelier peinture</i>	gratuit
mar. 7	18h	DÎNER CROISIÈRE <i>Sortie</i>	75€
mer. 8	14h	CAFÉ DE NOËL À LA BIÈVRE	gratuit
jeu. 9	16h	ATELIERS MUSICAUX (CHANT)	gratuit
ven. 10	18h	PARIS BY NIGHT <i>Apéro dînatoire + sortie</i>	8€
mar. 14	8h30	EXCURSION À REIMS	45€
jeu. 16	12h	REPAS DE NOËL 2021	25€
lun. 20, 27	14h	CAFÉ DE NOËL À LA BIÈVRE	gratuit
mer. 22	14h	LOTO DE NOËL	gratuit
ven. 24, 31	11h30	BRUNCHS DE NOËL ET DE LA SAINT SYLVESTRE	7€
mer. 29	14h	LOTO DE FIN D'ANNÉE	gratuit

Ça bouge ici...

jeudi **18** novembre

rdv - 13h15 Auditorium du Conservatoire

40 places

gratuit

RÉCIT DE VOYAGE EN AFRIQUE DU SUD

Notre camarade Joëlle Meunier nous fait l'honneur et la générosité de partager sa passion, ses aventures et son regard.

Nous partons pour l'Afrique du Sud et nous terminerons notre voyage par les chutes Victoria, merveilles de la nature situées sur le fleuve Zambèze, à la frontière entre la Zambie et le Zimbabwe.

Vous êtes nombreux à apprécier ce moment de voyage, pour satisfaire tout le monde, la projection se fera à l'auditorium (c'est une première) situé en-dessous du conservatoire de musique.

Partage et émotion !



Photo : Joëlle Meunier

les vendredis
19 novembre
et **3** décembre

19 novembre

rdv - 11h La médiathèque
3 décembre

rdv - 10h La médiathèque
10 places

ATELIER PEINTURE

gratuit

UN INSTANT DE DÉCOUVERTE

Cette activité est proposée en partenariat avec La médiathèque. C'est « la grande librairie (France 5) » à vous ! La médiathèque nous ouvre ses portes pour un instant de partage, de discussion et de découverte privilégié. Le 19 novembre sera consacré à la présentation des livres coup de cœur. Le 3 décembre avec le secteur Art et musique nous allons participer à un atelier peinture en référence à l'exposition de Damien Hirst. Pas besoin d'être des initiés ou des lecteurs avisés pour se régaler de ces instants. On se pose, on écoute et on voyage.

Partage et plaisir !

vendredi **26** novembre

rdv - 9h Salle des fêtes
de la mairie

.....
gratuit

LES RENCONTRES TOURNESOL

Comme chaque année, nous vous invitons lors de cette rencontre, à venir découvrir et voir les ateliers et activités proposés durant la saison. Vous pourrez entre autres, y admirer les tout derniers ouvrages des participants aux ateliers, réalisés durant l'année, et ainsi y découvrir l'activité ou l'atelier, qui à votre tour vous complera.

Une rencontre en musique et dans une ambiance festive et conviviale.

Un air de fête!



Photo : CCAS retraités

Le jeudi **2**, mercredi **8**,
lundis **20** et **27**
décembre

rdv - 14h Foyer Bièvre
20 places

.....
gratuit

CAFÉ DE NOËL À LA BIÈVRE

Un après-midi dans la joie et la bonne humeur animé par des jeux musicaux, vidéo, ou loto agrémenté d'un goûter préparé avec « amitié ».

C'est chaleureux!



Photo : CCAS retraités

jeudi 9 décembre

rdv - 16h Foyer Bièvre
10 places

ATELIER CHANT

gratuit

ATELIERS MUSICAUX

Les jeudis 9 décembre, 6 janvier, 10 février, 10 mars, 14 avril, 5 ateliers musicaux vous sont proposés, un par mois, (chant et écoute musicale) animés par Eric Dauphin, chanteur et guitariste professionnel. Cette activité est financée par le Département du Val-de-Marne.

En rythme!



jeudi 16 décembre

rdv - 12h Cmac
40 places

25€

REPAS DE NOËL 2021

C'est notre traditionnel repas de Noël pour finir l'année en beauté : un délicieux moment festif sur fond de musique et de danse pour nous retrouver et partager l'amitié.

À nos papilles et en piste !



Photo : CCAS retraités

mercredi 22 décembre

rdv - 14 h Foyer Bièvre
24 places

.....
gratuit

LOTO DE NOËL!

Vous êtes nombreux à participer à ce rendez-vous!

Au-delà des lots à gagner ce sont les sensations que procure ce jeu de hasard et la convivialité qui nous réunissent.

Chance et bonne humeur!



Photo: CCAS retraités

Les vendredis 24 et 31 décembre

rdv - 11h30 Foyer Bièvre
25 places

.....
7€

BRUNCHS DE NOËL ET DE LA SAINT SYLVESTRE

À la veille de Noël et de la Saint Sylvestre, fêtons ensemble cette période de fin d'année.

Retrouvons-nous au Foyer Bièvre pour partager un brunch et un après-midi convivial.

Au menu : œufs brouillés, bacon, crêpes, jus etc...

Pour le 24 décembre l'activité proposée sera les jeux de société.

Pour le 31 décembre ce sera la musique (Karaoké, danse).

*Convivialité
et fraternité assurées!*



mercredi 29 décembre

rdv - 14h salle du Chaperon vert

25 places

.....
gratuit

LOTO DE FIN D'ANNÉE!

Vous êtes nombreux à participer à ce rendez-vous !

Au-delà des lots à gagner ce sont les sensations que procure ce jeu de hasard et la convivialité qui nous réunissent.

Chance et bonne humeur!



Photo : CCAS retraités

Et encore plus...

mardi 9 novembre

rdv - 8h30 rue A.-Guilpin
8h45 Gymnase C.-Le-Roux
30 places

SORTIE EN MATINÉE

2,50€

BALADE MATINALE À L'ÉTANG DE LA GENESTE

Nous vous proposons une balade et/ou une légère randonnée (pour ceux qui souhaitent aller au-delà de la promenade) à l'étang de la Geneste et ses berges très agréables.

Cet étang est situé dans la forêt domaniale de Versailles. Il a été creusé en 1948 pour protéger Buc des inondations.

Dans la brume de la forêt!

mardi 16 novembre

rdv - 8h45 place d'Italie (entrée principale italie 2)

Durée 1h30
18 places

VISITE GUIDÉE

3€

LA BIBLIOTHÈQUE RICHELIEU

La Bibliothèque Richelieu berceau historique de la Bibliothèque nationale de France (BNF) est l'une des plus belles bibliothèques de Paris. Pénétrer dans la Bibliothèque Richelieu, c'est un peu franchir le seuil de l'Histoire de France. L'origine de cette bibliothèque remonte au XVIII^e siècle, époque à laquelle le Palais Mazarin trônait au beau milieu de Paris. Véritable pôle pour les chercheurs en histoire de l'art et du patrimoine.

Voyage dans le temps!



Photo : pinterest.fr



Photo : bnf.fr

mardi 23 novembre

rdv - 9h30 Parvis de la mairie
(trajet à pieds)

10h45 Fondation Cartier
(ceux qui vont par leur propre moyen)

12 places

EXPOSITION

8€

CERISIERS EN FLEURS DE DAMIEN HIRST

La Fondation Cartier pour l'art contemporain dévoile « Cerisiers en fleurs », l'exceptionnelle nouvelle série de tableaux de Damien Hirst.

La visite est prévue à 11h, pour ceux qui le souhaitent nous irons déjeuner ensemble dans une brasserie.

Cette sortie nous a été suggérée par La médiathèque, elle (entre autres) prépare un atelier peinture, le 3 octobre lors de « instant découverte, art et musique ».

Beauté des cerisiers!



Photo : fondationcartier.com

mardi 30 novembre

rdv - 15h15 Parvis de la mairie
15h30 Gymnase C.-Le-Roux

30 places

BALADE SPECTACLE DÎNER

29€

ILLUMINATIONS DE CHARTRES

Excursion nocturne aux illuminations de la cathédrale de Chartres : balade spectacle lumineux de la cathédrale et dîner à la crêperie.

Chartres en lumières est la plus grande opération de mise en lumière du patrimoine au monde, de par la richesse de sa programmation et la durée de l'événement : 24 sites illuminés, 7 jours sur 7. Un spectacle grandeur nature, une mise en scène grandiose du patrimoine chartrain qui se joue tous les soirs sous les yeux des spectateurs ébahis. Chartres se dévoile sous ses habits de lumières. Replongez dans le passé, découvrez ou redécouvrez la ville et son patrimoine.

Tout en lumière!

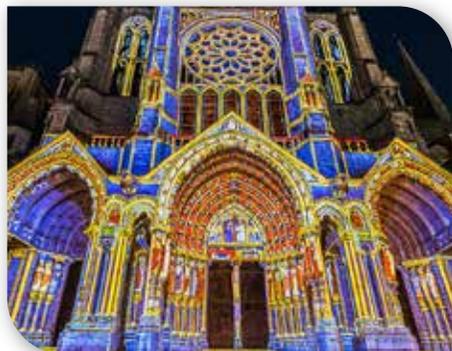


Photo : chartres.fr

mardi 7 décembre

rdv - 18h Parvis de la mairie
18h15 Chaperon vert
28 places

SORTIE

75€

DÎNER CROISIÈRE

Durant 2 heures, au fil de la Seine on vous embarque pour un voyage festif : monuments de Paris, dîner somptueux et pour harmoniser le tout 2 chanteurs professionnels interprétant les plus belles chansons françaises.

Dans la plus pure tradition du cabaret, les artistes évoluent à même la salle, entre les tables.

Entre émotion, nostalgie et bonne ambiance, vous aurez l'assurance de vivre un moment qui marquera les mémoires.

Instant magique !

vendredi 10 décembre

rdv - 18h Cmac
40 places

APÉRO D'ÎNATOIRE + SORTIE

8€

PARIS BY NIGHT

Se réunir autour d'un apéritif dînatoire et ensuite aller faire un tour en car dans Paris illuminé !

C'est une soirée de fête particulière sous le signe de la convivialité et de la communion :

- 18h : l'équipe du Service des retraités vous accueille au Cmac autour d'un buffet (apéritif et pizza)
- 20h : départ pour visiter les illuminations de Paris, confortablement assis et accompagnés des animateurs. Paris la nuit, illuminée, tout y est rendu différent : l'ambiance, l'apparence des édifices et des rues.

Nuit magique !

Photo : paris-diner-croisiere.com



Photo : pxhere.com

mardi 14 décembre

rdv - 8h45 Gymnase Carmen-Le-Roux
30 places

EXCURSION

45€

NOËL À REIMS

Au programme de cette excursion :

- **Visite libre du marché de Noël :**

Le marché de Noël de Reims est le 3^e plus grand marché de Noël de France derrière Strasbourg et Colmar. 150 chalets vous attendent sur le parvis de la cathédrale pour vous proposer des spécialités régionales, artisanales, idées cadeaux et gourmandises.

- **Déjeuner dans un restaurant de Reims :** menu complet

- **Visite de la cathédrale :**

Elle est assurée par deux guides-conférenciers. Notre-Dame de Reims est l'une des réalisations majeures de l'art gothique en Europe. Inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco, cette cathédrale du XIII^e siècle présente des traits qui la rendent unique, notamment par son unité de style, sa luminosité et sa statuaire. Les 25 sacres de Rois de France ont donné à la Ville son surnom de Cité des Sacres.

Féerie de Noël!



La médiathèque vous propose

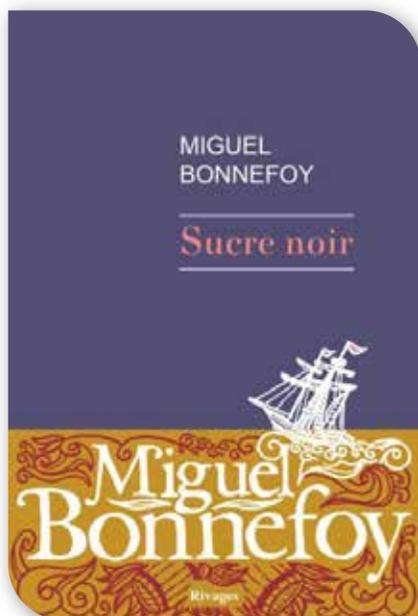
Sucre noir

de Miguel Bonnefoy

Faut-il croire au récit de la fin tragique du capitaine Henry Morgan et de son équipage dont le trois-mâts naufragé se retrouve fiché sur la cime des arbres de la luxuriante forêt tropicale ? Forcément, ça va mal finir et le capitaine engloutit avec lui son fabuleux trésor d'or, de pierres et mille autres richesses.

Trois cents ans plus tard, les explorateurs espèrent encore le découvrir. C'est ainsi que Severo Bracamonte débarque dans la plantation Otero. La saga familiale peut commencer mais la fatalité saura modeler les rêves et les désirs des femmes et des hommes. Roman qui transpire la chaleur de cette terre, les désirs qui y naissent et les tumultes qui les entourent. Un bon moment d'évasion.

Disponible sur nos étagères. (R BON).
Roman vénézuélien





Retour en images sur les activités





tournesol

Mairie de Gentilly - CCAS - Service retraités
14 place Henri-Barbusse 94257 Gentilly cedex
tél. - 01 47 40 58 67
port. - 06 15 12 31 22
courriel - tournesol@ville-gentilly.fr
sur le site de la ville www.ville-gentilly.fr - rubrique Publications

Le Service retraités
est fermé le jeudi matin.

