THIAIS RÉCRÉATION

2nd SEMESTRE 2024

Ville de thiais

SOMMAIRE

Modalités pratiques.....03
Vos sorties 04
Vos activités, vos loisirs 18
Boîte aux lettres 27

Caroline OSSARD
Adjointe au Maire
chargée des Affaires sociales
et de la structure
Thiais Récréation

De plaisants moments de partage et d'évasion

Après 50 ans, les enfants ayant grandi et souvent pris leur envol, on bénéficie généralement de plus de temps pour soi. C'est l'occasion de développer ses loisirs, comme le sport qui reste souvent le préféré. Les sorties et les voyages font aussi partie des favoris. Outre le plaisir de découvrir de nouvelles régions ou d'autres pays, ces moments représentent des moments essentiels pour continuer à faire des rencontres, développer et maintenir le lien social.

Avec Caroline Ossard, Adjointe chargée des Affaires sociales, et Thiais Récréation, nous répondons à cette exigence en proposant tout au long de l'année l'organisation de sorties culturelles et de visites patrimoniales axées essentiellement sur la découverte et le partage. Après inscription, vous n'avez plus qu'à rejoindre le groupe, vous laisser conduire sur place et profiter de l'événement. Du départ depuis le centre de loisirs Lionel Terray jusqu'à votre retour, tout a été prévu : nous veillons à ce que la sortie soit la plus distrayante possible. Je vous laisse découvrir à travers cette plaquette la programmation des mois à venir et vous souhaite de plaisants moments de partage et d'évasion.

Richard DELL'AGNOLA
Maire de Thiais
Vice-Président de la Métropole du Grand Paris

MODALITÉS PRATIQUES

INSCRIPTIONS, PAIEMENT, DÉSISTEMENT, CARTE “THIAIS RÉCRÉATION”

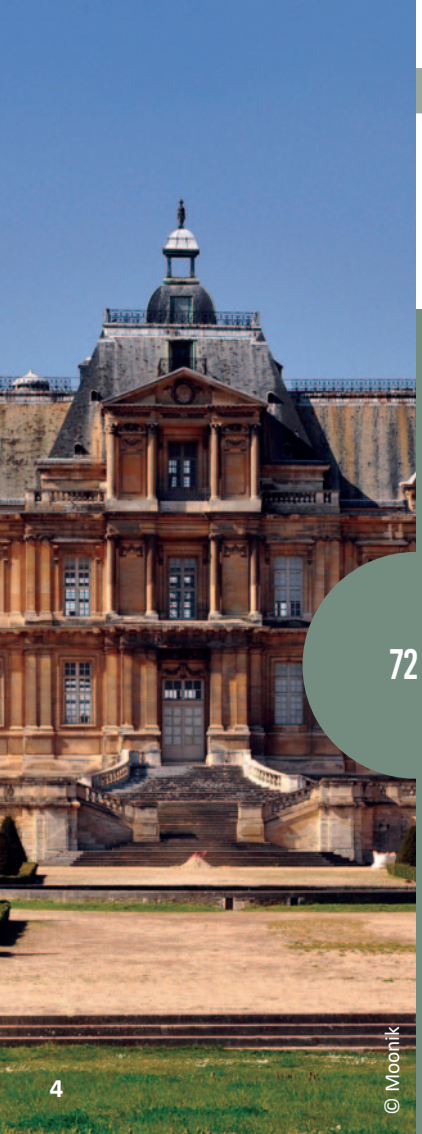
INSCRIPTIONS • **En salle des mariages de l’hôtel de ville (entrée et sortie uniquement par l’hôtel de ville, rue Maurepas) lundi 16 septembre 2024**, de 13h30 à 17h30. Chaque personne se déplace en son nom ou son couple : vous ne pouvez pas prendre de place pour autrui. Pour satisfaire le plus grand nombre d’entre vous, les sorties sont limitées à trois par personne, ensuite vous pourrez vous mettre sur liste d’attente pour d’autres sorties • **Permanences** : au CCAS (7 rue Chèvre d’Autreville) tous les lundis de 14h à 17h et les jeudis de 9h à 11h45. Il n’y a pas de permanence lors des vacances scolaires. **À noter : pas de permanence les jeudis 19 septembre, 10 octobre, 14 novembre et 2 décembre 2024.**

MODALITÉS DE PAIEMENT • Les réglements doivent être effectués 15 jours avant la sortie impérativement, sans quoi la place n’est plus réservée, par chèque à l’ordre de “*RR activités retraités*”.

SE DÉSISTER • En cas d’empêchement pour participer à une sortie, merci de faire connaître votre désistement au plus tôt par téléphone : ✆ 01 48 92 42 81 ou au ✆ 06 40 86 54 28 auprès d’Isabelle. Le remboursement est possible uniquement sur présentation d’un certificat médical attestant de l’impossibilité de participer à la sortie concernée.

CARTE “THIAIS RÉCRÉATION” • Pour vous procurer la carte “Thiais Récréation”, présentez-vous au CCAS aux jours de permanence les lundis de 14h à 17h et les jeudis de 9h à 11h45 (attention aux dates de fermeture ci-dessus) avec une pièce d’identité et un justificatif de domicile. Délivrée gratuitement, elle s’adresse aux habitants de Thiais de plus de 50 ans et donne droit à des tarifs préférentiels sur des spectacles organisés par la Ville de Thiais dans le cadre de sa saison culturelle, à la piscine municipale.

DÉPARTS ET RETOURS • Les départs et les retours en car s’effectuent depuis le centre de loisirs Lionel Terray, 39 avenue René Panhard.



© Moonik

Jeudi 19 septembre 2024 - Départ : 7h45

UNE JOURNÉE À MAISONS-LAFFITTE

VISITES GUIDÉES & DÉJEUNER (YVELINES)

De 9h30 à 11h30, visite guidée du centre d'entraînement.

Le centre d'entraînement de Maisons-Laffitte pour chevaux de course, est un lieu unique en Île-de-France. Habituellement réservé aux professionnels, il vous ouvre ses portes pour une matinée de découverte. Avec votre guide spécialisé, vous vous rendrez sur les pistes afin de voir les chevaux s'entrainer, puis vous irez au sein d'une écurie de courses à la rencontre d'un entraîneur qui vous parlera de la vie de son écurie et de ses bêtes considérées et soignées comme des athlètes de haut niveau.

+ d'infos : http://maisons.laffitte.cefg.fr/entraineurs/

72 €

À partir de 12h, déjeuner dans un restaurant de la ville

L'après-midi, visite guidée du château de Maisons

Le château de Maisons est considéré comme un chef d'œuvre du XVII^{e} siècle. Son histoire est intimement liée à celle de la famille de Longueuil, parlementaires appartenant à la noblesse de robe. Construit par François Mansart, il représente un véritable joyau architectural. Le Roi Soleil ne s'y trompera pas et fera appel aux mêmes sculpteurs et décorateurs pour sa réalisation de Versailles. Situé entre la Seine et la Forêt de Saint-Germain-en-Laye, le château de Maisons constitue la pièce centrale de la commune. Votre guide vous relatera l'histoire du château mais aussi de nombreuses anecdotes au fil de la visite.

+ d'infos : www.chateau-maisons.fr

Places limitées à 28 personnes

Mardi 24 septembre 2024 - Départ : 7h30

UNE JOURNÉE À VILLERS-COTTERÊTS

VISITES GUIDÉES & DÉJEUNER (AISNE)

Le matin, visite commentée de la ville royale, puis découverte du musée Alexandre Dumas, l'enfant du pays. **Visite guidée du Pavillon Henri II,** ancien pavillon d'angle du domaine royal.

+ d'infos : https://www.mairie-villerscotterets.fr/

+ d'infos : http://www.pavillonhenriii.com/

Repas gourmand et traditionnel dans un restaurant chaleureux

L'après-midi, visite de la Cité Internationale de la Langue Française

Visiter un énième château en France ? Oui... mais pas n'importe lequel ! Fief des ducs d'Orléans, le château de Villers-Cotterêts a été rénové sous l'égide du Centre des monuments nationaux pour se métamorphoser en un lieu culturel unique : la Cité Internationale de la Langue Française.

Niché dans l'écrin d'une forêt d'exception au nord de Paris, berceau de plumes célèbres de la littérature française, ce lieu de découvertes et d'apprentissage offre une fascinante balade visuelle et sonore au cœur d'une langue qui ne cesse de se renouveler, du cinéma au rap !

+ d'infos : www.cite-langue-francaise.fr

62,50 €

Places limitées à 28 personnes

© Hemis/Alamy Stock Photo

Vendredi 29 septembre 2024 - Départ : 7h30

UNE JOURNÉE AU CHÂTEAU DU CHAMP DE BATAILLE

VISITES & DÉJEUNER (EURE)

92 €

Visite libre des jardins, des serres, de la chapelle et des cuisines

C'est en 1651 qu'est posée la première pierre du château du Champ de Bataille par le comte Alexandre de Créqui. Ce seigneur, dont les ancêtres avaient participé aux croisades, était un compagnon de route du Prince de Condé, cousin du jeune Louis XIV. En 1650, dans la continuité de la fronde parlementaire contre le pouvoir royal incarné par Mazarin, le Prince de Condé se lance à son tour dans le combat contre l'absolutisme royal. Après plusieurs mois de combats et l'écrasement de la révolte par Mazarin, le comte de Créqui échappe à la mort et se voit condamné à l'exil sur ses terres. S'il n'a pas d'autre choix que d'accepter son sort, il décide alors de se faire construire un palais qui lui rappellerait les fastes de la cour et qui lui permettrait de démontrer sa puissance. Ainsi naquit le château du Champ de Bataille !

+ d'infos : www.chateauduchampdebataille.com

Restaurant « Les terrasses du champ de bataille »

+ d'infos : www.champdebataille.com

Visite accompagnée des collections de Jacques Garcia

+ d'infos : www.chateauduchampdebataille.com/jacques-garcia/

Places limitées à 28 personnes

Jeudi 10 octobre 2024 - Départ : 7h00

UNE JOURNÉE À PIERREFONDS

VISITES GUIDÉES & DÉJEUNER (OISE)

Arrivés sur le parvis de l'église à Tracy-le-Mont, le guide vous accueille pour un voyage dans le temps à travers une balade pédestre sur les traces des poilus. Silhouettes et points d'intérêt (lavoirs, reconstitutions de boyaux…) balisent le parcours pour vous faire découvrir l'histoire de Tracy-le-Mont durant la Grande-Guerre.

+ d'infos : http://www.tracy-le-mont.org/tourisme-et-patrimoine/eglise-saint-brice-a-tracy-le-mont.xhtml

Déjeuner à Pierrefonds, dans l'un des restaurants au cœur du village. Profitez d'un cadre agréable à proximité du château et à quelques pas du lac.

Le guide-conférencier vous accueille à la sortie du bus pour vous présenter l'imposant **Château de Pierrefonds,** niché sur un plateau rocheux et dominant le village et la forêt de Compiègne. Suivez le guide à travers sentes, salles et chemins à la découverte des détails qui font de ce monument l'un des plus beaux manifestes de l'architecture médiévale.

+ d'infos : www.chateau-pierrefonds.fr

55,55 €

Places limitées à 28 personnes

Mercredi 16 octobre 2024 - Départ : 7h00

UNE JOURNÉE À ROUEN

VISITE GUIDÉE & DÉJEUNER (SEINE-MARITIME)

59,45 €

Visite commentée du port en bateau avec *Normandie Croisière*
Restaurant au cœur de Rouen

C'est toute l'histoire de Rouen à travers les siècles que nous vous invitons à découvrir au cours de cette promenade pédestre : la cathédrale Notre-Dame, l'église et l'aître Saint-Maclou, le Gros Horloge, le Parlement de Normandie, l'église Sainte-Jeanne-d'Arc et la place du Vieux Marché.

Tous les styles sont représentés : du Moyen-Âge à l'architecture moderne, en passant par la Renaissance et l'époque classique, sans oublier la période de reconstruction d'après-guerre.

Rouen, capitale de la Normandie, région du nord de la France, est une ville portuaire sur la Seine. Importante cité au temps des Romains ou au Moyen-Âge, elle possède des églises gothiques, comme Saint-Maclou et Saint-Ouen, ainsi qu'un centre piéton aux ruelles pavées, doté de maisons médiévales à colombages. La ligne d'horizon est dominée par les flèches de la cathédrale Notre-Dame, de nombreuses fois représentée par le peintre impressionniste Claude Monet.

+ d'infos : www.lelutecerouen.fr

+ d'infos : https://rouen.fr/

Places limitées à 28 personnes

Dimanche 27 octobre 2024 - Départ : 15h00

LES CHORISTES

CINÉ-CONCERT AU GRAND REX (PARIS)

Le film culte qui a réuni plus de 15 millions de spectateurs arrive enfin sur scène en version ciné-concert pour une tournée mondiale !

Poussez les portes de l'internat « Fond de l'Étang » aux côtés d'un orchestre de 90 musiciens et d'un chœur d'enfants qui interpréteront en live la célèbre bande originale du film pendant sa projection sur écran géant, en parfaite synchronisation avec les images.

Laissez-vous emporter par la musique composée par Bruno Coulais, nominé aux Oscars et récompensé du *César de la meilleure musique de film*, avec les titres qui ont marqué toute une génération : « *Vois sur ton chemin* » et « *Caresse sur l'océan* ».

+ d'infos : https://www.legrandrex.com/evenement/1611

65 €

Places limitées à 28 personnes

Mardi 5 novembre 2024 - Départ : 13h00

LE QUADRILATÈRE RICHELIEU

VISITE GUIDÉE AVEC LE CONFÉRENCIER V. DELAVEAU (PARIS)

Dans les années 1630, les murs de Paris sont repoussés vers le nord-ouest et tout un nouveau quartier autour du Palais-Royal sort de terre, attirant financiers et grands officiers de la couronne. C'est ainsi qu'en 1634, le président de la cour des comptes, Charles Duret de Chevry, lance la construction d'un hôtel particulier en brique et pierre qui subsiste aujourd'hui dans les bâtiments de la bibliothèque. En 1643, Mazarin en devient locataire, puis propriétaire, et y fait faire de considérables travaux d'agrandissement et d'embellissement.

18,50 €

Le parcours permet d'abord de découvrir la cour d'honneur, où cohabitent les premières constructions spécifiquement conçues pour la bibliothèque royale au XVIII^{e} siècle et les ajouts du XIX^{e}. Il se poursuit dans le hall avec un coup d'œil sur la salle Labrouste puis dans le nouvel escalier conçu par Bruno Gaudin, fluide, léger et argenté. La spectaculaire salle ovale clôt le parcours intérieur, rythmée par de hautes colonnes en fonte, tapissée de livres du sol à la voûte. Enfin, à l'occasion de ces travaux, le jardin de la bibliothèque a été entièrement recréé autour d'un fil conducteur original et de circonstance : sur la base de tracés anciens, autour de la fontaine remise en eau, il met en valeur des plantes utilisées pour la fabrication du papier ou d'autres supports d'écriture. Autour se déploient les façades restaurées de l'ancien hôtel Tubeuf, de la galerie Mansart et du bâtiment de la salle Ovale.

+ d'infos : https://gallica.bnf.fr

Places limitées à 19 personnes

Jeudi 14 novembre 2024 - Départ : 12h45

LES BUTTES CHAUMONT - LE QUARTIER MOUZAÏA

VISITE GUIDÉE PAR CLÉMENCE DUMAS (PARIS)

Les secrets du plus grand jardin anglo-chinois de paris vous seront contés, le pittoresque des maisons de la Mouzaïa révélé.

Second Empire, Paris est en pleine ébullition, les travaux du Baron Haussmann métamorphosent et modernisent la ville. Tout à l'égout, eau courante, grands boulevards et aussi aménagement de deux-mille hectares d'espaces verts publics, une première à Paris !

Les anciennes carrières de calcaire du Mont Chauve (dont la contraction donnera le nom Chaumont) se transforment en un sublime parc paysager. Ce paysage autrefois lunaire, blanc, minéral, ponctué de cratères et de reliefs vertigineux, donne naissance à un lac romantique, un petit temple de la Sybille perché sur son éperon rocheux, des ponts suspendus et une grotte mystérieuse…

Sur près de 25 hectares, le parc des Buttes Chaumont et ses dénivelés impressionnants offrent la fraîcheur d'une balade de montagne en plein Paris.

En sortant, sur les hauteurs du parc, découvrons les délicieuses venelles et les charmantes maisons de la Mouzaïa, un ensemble de pavillons créé dans le sillage de l'ouverture du parc.

Après la montagne, la campagne à Paris !

+ d'infos : https://www.paris.fr/lieux/parc-des-buttes-chaumont-1757

+ d'infos : https://www.unjourdeplusaparis.com/paris-balades/promenade-dans-la-mouzaia

9 €

Places limitées à 28 personnes

© Guillaume Murat/BnF

Mercredi 20 novembre 2024 - Départ : 13h00

TRÉSOR DE LA BIBLIOTHÈQUE NATIONALE

VISITE DU NOUVEAU MUSÉE AVEC V. DELAVEAU (PARIS)

Dans le cadre de la restauration et du réaménagement complet du quadrilatère Richelieu, la Bibliothèque Nationale de France expose par roulement ses trésors dans un nouveau musée, installé dans certains des espaces les plus prestigieux du site. La galerie Mazarin, construite au XVII^{e} par le cardinal pour y présenter ses prestigieuses collections, retrouve ainsi sa vocation d'origine. Le parcours se développe dans six autres salles complètement rénovées et se termine par un coup d'œil à la salle de lecture des Manuscrits - et désormais également de la musique.

26 €

Le parcours, à la fois chronologique et thématique, vous permettra d'admirer des objets d'une grande diversité de fonctions, de tailles, de matériaux, de techniques et de styles. Balayant les régions du monde et les époques, ces œuvres ont été soigneusement sélectionnées dans tous les départements de la bibliothèque. Au-delà de leur intérêt intrinsèque, elles témoignent aussi de la passionnante histoire de la constitution des collections, à partir des anciens trésors royaux.

Vous croiserez ainsi les antiques de la collection de Luynes, le Grand camée de France, la vaisselle et les statuettes d'argent du « trésor de Berthouville », le trône dit de Dagobert, l'échiquier de Charlemagne, la partition originale du Don Giovanni de Mozart ou encore le manuscrit de Notre-Dame-de-Paris.

+ d'infos : https://www.bnf.fr/fr/le-musee-de-la-bnf

Places limitées à 19 personnes

Samedi 23 novembre 2024 - Départ : 18h30

DIRTY DANCING

COMÉDIE MUSICALE AU DÔME DE PARIS

Venez découvrir une nouvelle mise en scène servie par des danseurs, acteurs, chanteurs et musiciens d'exception pour un spectacle en version française. Vu par des millions de spectateurs, ce succès planétaire raconte l'histoire de Bébé et Johnny, deux esprits jeunes et farouchement indépendants, au parcours de vie opposé, se découvrant pour ce qui restera l'été le plus mémorable de leur vie. « *Dirty Dancing - L'histoire originale sur scène* » vous fera de nouveau vibrer grâce à ses tubes et chorégraphies incontournables ! En résumé : vivez *The time of your life* !

Dans les années soixante, Bébé passe des vacances familiales ennuyeuses jusqu'au jour où elle apprend que des animateurs du village estival forment une troupe de danse. Pour cette jeune fille sage, c'est le début de l'émancipation à travers l'apprentissage du dirty dancing, une danse très sensuelle. Elle fait la connaissance de Johnny Castel, un professeur de danse qui va bouleverser son existence...

69 €

+ d'infos : https://www.ledomedeparis.com/fr/spectacle/212/dirty-dancing

Places limitées à 23 personnes

© P Fretault

© IDBOOX

Vendredi 29 novembre 2024 - Départ : 13h00

L'ÉGLISE SAINT-GERMAIN-DES-PRÉS

VISITE AVEC V. DELAVEAU (PARIS)

Au milieu du VI^{e} siècle, le roi Childebert 1er, fils de Clovis, fonde hors les murs de la ville une basilique. Le sanctuaire, destiné à recevoir de précieuses reliques de Saint-Vincent et de la Croix du Christ, doit aussi accueillir le repos éternel du souverain et de sa famille. L'abbaye fondée près de la basilique, richement dotée, devient peu à peu l'une des plus puissantes et des plus prestigieuses de Paris. L'église actuelle, construite aux XI^{e} et XII^{e} siècles, témoigne de deux grands moments de l'histoire de l'architecture, au début de l'époque romane pour la nef et au début de l'époque gothique pour le chœur.

13,30 €

Au fil des siècles, l'intérieur a été régulièrement transformé et redécoré. Le XVII^{e} siècle l'a ainsi enrichi de plusieurs tombeaux, le XVIII^{e} de grands tableaux, le XIX^{e} d'un décor mural complet, conçu par Hippolyte Flandrin. Cet ensemble tout juste restauré reflète l'admiration de l'époque pour le Moyen Âge, l'intérêt pour la polychromie intérieure des édifices et la capacité des artistes du XIX^{e} siècle à trouver un équilibre entre respect du passé et création. Cette visite vous permettra d'abord de revivre la belle histoire de l'église et de l'abbaye et d'apprécier son architecture, ses décors et la qualité de la récente restauration. Elle sera aussi l'occasion de croiser un évêque mort en odeur de sainteté, un dragon affamé ou encore un roi de Pologne en exil.

+ d'infos : https://eglise-saintgermaindespres.fr/

Places limitées à 23 personnes

Du 2 au 4 décembre 2024 - Départ : 6h30

SÉJOUR FÉERIQUE

L'ÂME DE NOËL EN ALSACE

1er jour : lundi 2 décembre 2024

Arrivée en fin de matinée en Alsace, déjeuner traditionnel dans un restaurant à Obernai.

Temps libre à la découverte du marché de Noël d'Obernai.

Dès la fin novembre, la ville revêt son habit de sapins et de lumières. Le quotidien se vit à Obernai sous le signe de la magie, de l'enchantement, du rêve… Laissez-vous guider par les lucioles et les illuminations qui soulignent à merveille l'architecture du centre-ville.

Vers 16h, en route vers votre hôtel à Munster

Accueil, check in et installation à *la Verte Vallée Hôtel & Spa***** à Munster

Dîner au restaurant de l'hôtel

+ d'infos : www.obernai.fr

+ d'infos : https://vertevallee.com/fr/

452 €

TWIN/DOUBLE

2è jour : mardi 3 décembre 2024

À Colmar, rendez-vous place Unterlinden avec un guide et départ à la découverte de la ville à travers une visite guidée pédestre sur le thème « L'âme de Noël ».

Au détour des ruelles piétonnes, laissez-vous conter la passionnante histoire de Colmar, ses quartiers pittoresques aux traditionnelles maisons à colombages, ses somptueuses demeures et ses monuments remarquables, le tout dans un décor féerique hivernal. Cette balade sera agrémentée de traditions de Noël en Alsace. Durée 1h30.

.../...

© L'Alsace

© Frantisek ZVARDON

Du 2 au 4 décembre 2024 - Départ : 6h30

SÉJOUR FÉERIQUE (SUITE)

L'ÂME DE NOËL EN ALSACE

Temps libre à la découverte des 6 marchés de Noël de la ville répartis au cœur de la vieille ville. **En fin d'après-midi, accueil dans une cave et dégustation de cépages alsaciens.** Reprise de votre autocar puis route vers Munster et votre hôtel. **Dîner à l'hôtel.**

+ d'infos : www.colmar.fr

3è jour : mercredi 4 décembre 2024

Château du Haut-Koenigsbourg. Visite libre du château, avec audio guide

Abandonné après 1633, ce château fort prestigieux est offert par la ville de Sélestat à l'empereur Guillaume II de Hohenzollern en 1899. Rêvant de ressusciter l'ancien empire germanique, il assouvit sa passion du Moyen Âge en confiant la restauration du château à l'architecte Bodo Ebhardt, spécialiste de la fortification médiévale. Passer la haute porte du Haut-Koenigsbourg, c'est plonger dans l'univers du Moyen Âge !

+ d'infos : www.haut-koenigsbourg.fr

Déjeuner traditionnel avec dégustation de tartes flambées dans un restaurant

Riquewihr est une étape incontournable de la découverte de l'Alsace. Au moment de Noël, la ville ruisselle de lumière et propose son marché de Noël traditionnel dans un décor féerique alliant l'esprit de Noël à tout ce qui fait le charme de l'Alsace : les rues se parent de décors scintillants, les façades et les monuments s'illuminent, les échoppes du marché s'animent.

+ d'infos : https://riquewihr.fr/fr/

517 € SINGLE

Places limitées à 28 personnes

Dimanche 8 décembre 2024 - Départ : 10h45

LE PARADIS LATIN

DÉJEUNER-SPECTACLE AU CABARET (PARIS)

Le Paradis Latin, salle historique créée par Napoléon Bonaparte en 1803 et reconstruite par Gustave Eiffel en 1889, se situe au cœur de la rive gauche, entre Notre-Dame et le Panthéon.

« *L'oiseau Paradis* », la nouvelle revue mise en scène par Kamel Ouali, un des plus célèbres chorégraphes et metteurs en scène français (collaborations artistiques variées dans l'univers de la télévision, du cabaret et du spectacle : *Le Roi Soleil*, *Les Dix Commandements*, *Cléopâtre*...).

Créatures, danseurs, comédiens, chanteurs et nouvelles technologies se fondent au milieu d'une quinzaine de décors spectaculaires signés Alain Lagarde, créateur reconnu de décors d'opéras, comédies musicales et pièces de théâtre.
Près de 500 costumes ont été créés pour l'occasion, par la maison de couture parisienne « *On Aura Tout Vu* » qui a réalisé les costumes scéniques des plus grandes stars de la chanson internationale et de nombreux ballets pour l'opéra.
La chorégraphe Marie-Laure Philippon s'est associée à Kamel Ouali pour créer un nouveau french cancan authentique, moderne et surprenant.

+ d'infos : www.paradislatin.com

119 €

Places limitées à 28 personnes

VOS ACTIVITÉS AVEC LE CCAS

S'INSCRIRE POUR SE DÉPENSER

Inscriptions à la saison sportive 2024-2025 jusqu' au vendredi 13 septembre 2024.

Plusieurs activités sportives seront proposées aux seniors retraités thiaisiens à partir de la rentrée de septembre 2024.

Activités piscine : un accès gratuit d'une heure chaque semaine à la piscine.
Les séances commenceront le lundi 16 septembre à la piscine Monique Berlioux de 9h à 10h ou de 10h à 11h.

Cours de gymnastique volontaire :
Les cours débuteront le mardi 17 septembre au Palais Omnisports De Thiais (place Van Gogh) aux créneaux suivants :

- mardi de 9h30 à 10h30 avec Jean-Philippe au Palais Omnisports,
- mardi de 10h30 à 11h30 avec Sonia au centre de loisirs Jules Ferry,
- jeudi de 10h30 à 11h30 avec Jean-Philippe au Palais Omnisports,
- vendredi de 10h30 à 11h30 avec Sonia au centre de loisirs Jules Ferry.

+ d'infos : 01 48 92 42 81

LA PRÉVENTION AVEC LE CCAS

Le CCAS de Thiais déploie une série d'actions préventives visant à améliorer la qualité de vie des seniors et à retarder, voire à éviter, l'entrée dans une situation de dépendance.
Parmi ces initiatives figurent **l'Information et la sensibilisation :** le CCAS organise des campagnes d'information sur les enjeux liés au vieillissement et à la perte d'autonomie. Ces efforts visent à vous sensibiliser sur les mesures préventives à adopter dès les premiers signes de fragilité. Le CCAS met en place des ateliers gratuits adaptés favorisant le maintien en bonne santé (mémoire, prévention des chutes, gestion du stress...). **L'accompagnement social :** une Conseillère en Économie Sociale et Familiale assure un accompagnement personnalisé pour vous orienter vers les dispositifs d'aide sociale et les services médico-sociaux adaptés à leurs besoins spécifiques.
Le maintien du lien social : le CCAS favorise les activités intergénérationnelles, les clubs seniors, et les ateliers de prévention (nutrition, sécurité à domicile...) pour encourager le maintien du lien social, qui est crucial pour le bien-être psychologique et physique des personnes âgées.

+ d'infos & inscriptions : 01 48 92 42 81

VOS ACTIVITÉS AVEC LE CCAS

SOLIDARITÉ

Marche Octobre Rose : ensemble pour la sensibilisation au cancer du sein

Le CCAS de Thiais, la municipalité et la CPTS OCTAV vous invitent à participer à une marche engagée **le 12 octobre 2024**, dans le cadre d'*Octobre Rose*. Cet événement symbolique sera ponctué de stands de sensibilisation (autopalpation, gym, réflexologie, sophrologie, atelier créa, médiathèque, diététicienne…) où vous pourrez vous informer et échanger sur l'importance du dépistage précoce du cancer du sein. Rejoignez-nous pour soutenir cette cause vitale, honorer les survivantes et leurs proches, et afficher votre solidarité dans la lutte contre cette maladie. Ensemble, faisons une différence pour un avenir où le cancer du sein est vaincu.

+ d'infos & inscriptions : CCAS - 01 48 92 42 87

La parenthèse des aidants

Vous êtes en situation d'aidant familial auprès d'une personne dépendante âgée ou en situation de handicap ? Le CCAS de Thiais lance une série gratuite d'ateliers qui vous sont dédiés. Ces sessions, prévues tout au long de l'année, proposent des conseils pratiques, des moments d'échange et des ressources pour mieux accompagner vos proches au quotidien. Ils sont animés par une Assistante de service Sociale (Directrice adjointe du CCAS) et une infirmière libérale. Rejoignez-nous pour renforcer vos compétences et partager vos expériences avec d'autres aidants dans une atmosphère de soutien chaleureux et bienveillant.

L'ensemble des rencontres se déroule à la Résidence autonomie de Thiais (13 rue de l'Espérance, en salle de restauration).

+ d'infos & inscriptions : 01 48 92 42 81

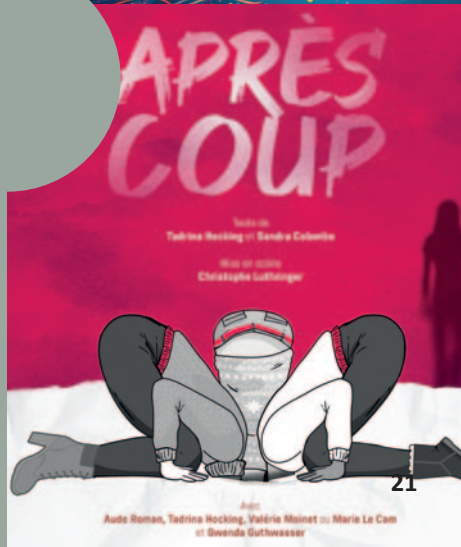
VOS LOISIRS AVEC LE CCAS

SORTIR

Forum des activités thiaisiennes

Le CCAS sera présent lors du Forum des activités thiaisiennes au Palais Omnisports De Thiais, **samedi 7 septembre 2024 de 10h à 17h** pour toutes les inscriptions : gymnastique, piscine, Semaine bleue, ateliers mémoire, socio-esthétique, nutrition, self-défense, danse contemporaine, numérique et sophrologie).

Le CCAS propose, en partenariat avec la saison culturelle 2024/2025 de la Ville de Thiais, **samedi 30 novembre 2024**, un spectacle « ***Après coup*** ».
Des amies d'enfance se retrouvent dans un chalet familial pour fêter leur amitié. Cette année, les retrouvailles ont une tout autre saveur : derrière la légèreté et l'humour de leurs échanges, la tension est palpable. L'une d'elles semble invisible, pourquoi ? Quel évènement impensable les a réunies.
Très vite, on s'attache à ces femmes qui nous ressemblent et à leur relation qui fait écho au monde qui nous entoure. Face à la révélation, la poussière des non-dits, longtemps cachée sous le tapis, refait surface... C'est avec une nécessité vitale que les quatre femmes, liées depuis leur adolescence, vont laisser le manque, le déni et la culpabilité se dévoiler... jusqu'au choc final.
Réservez vos places à partir du lundi 2 septembre 2024, 9h, sur le site internet avec paiement sécurisé : billetterie.ville-thiais.fr



VOS LOISIRS AVEC LE CCAS

SORTIR

La Semaine bleue, votre événement incontournable d'octobre !

Du 30 septembre au 6 octobre 2024, Thiais célèbre la Semaine bleue "Bouger ensemble... pour entretenir la flamme ! " avec passion et dévotion pour nos aînés.

Organisée par le CCAS, cette semaine offre un programme diversifié incluant des ateliers bien-être, des activités culturelles, des conférences enrichissantes, et des excursions captivantes. L'événement promeut l'interaction intergénérationnelle et valorise l'engagement associatif local. C'est une opportunité unique de célébrer la vitalité et les contributions des séniors à notre communauté, tout en renforçant les liens qui unissent Thiais. En cette année olympique, la Semaine bleue valorise la mise en mouvement des aînés. Rejoignez-nous lors de cette semaine dédiée à leur bien-être et à leur bonheur.

+ d'infos : CCAS - 01 48 92 42 81

VOS LOISIRS AVEC LE CCAS

SORTIR

Theodasium, samedi 19 et dimanche 20 octobre 2024

La Ville de Thiais vous invite à vivre Theodasium, un événement sensationnel les 19 et 20 octobre au Palais Omnisports De Thiais !

Découvrez comment le gaming peut se transformer en une activité physique et engageante ! Plongez dans l'univers des jeux vidéo avec la console Nintendo Switch ! Initiez-vous et participez notamment à des compétitions de bowling en famille. Utilisez le jeu vidéo pour sortir de la morosité du handicap, retrouver le sourire et recréer le lien social à travers des activités ludiques et inclusives !
Un espace spécial pour les seniors et les personnes en situation de handicap sera à votre disposition.
Apprenez à sensibiliser les autres seniors au numérique grâce à des ateliers interactifs et conviviaux, favorisant l'entraide et l'échange de connaissances.
Découvrez l'association *Kocoya ThinkLa* et participez à l'atelier « Conviviali'thé » destiné aux seniors ayant des bases en outils numériques, mais rencontrant des difficultés : cet atelier favorise les échanges et l'entraide entre seniors. Notre formateur expérimenté sera là pour vous guider et répondre à vos questions.
Deux séances sont prévues : de 10h à 12h et de 14h à 16h (sur inscription).
Venez apprendre comment utiliser une tablette avec le CCAS !
Ne manquez pas cette opportunité unique de vous divertir et de participer à des compétitions excitantes ! Nous vous attendons nombreux et nombreuses pour un week-end inoubliable !

+ d'infos : CCAS - 01 48 92 42 87

FESTIVITÉS DE FIN D'ANNÉE

S'INSCRIRE POUR PARTICIPER

Les inscriptions seront prises sur présentation d'un justificatif de domicile récent et d'une pièce d'identité :

- **du lundi 4 au vendredi 8 novembre 2024** : au guichet unique de l'Hôtel de Ville (rue Maurepas) de 9h à 12 et de 14h à 17, sauf vendredi de 9h à 12h.
- **vendredi 8 novembre 2024** : à la salle polyvalente de la ferme de Grignon (111 rue du pavé de Grignon) de 14h à 16h.

Dates des festivités :

- **Banquet des seniors** (à partir de 60 ans) : samedi 7 décembre 2024 à la halle des sports - 81 avenue de Versailles, à partir de 12h30.
- **Retrait des colis gourmands de Noël** (à partir de 65 ans) :
  * à la Salle polyvalente de la ferme de Grignon - 111 rue du pavé de Grignon : mardi 17 décembre 2024 de 9h à 13h sans interruption.
  * au Palais Omnisports (salle de réunion) - place Vincent Van Gogh : mardi 17 décembre 2024 de 9h à 13h sans interruption.
  * à l'Hôtel de Ville de Thiais, en salle des mariages : mercredi 18 décembre 2024 de 9h à 12h et de 14h à 17h, et jeudi 19 décembre 2024 de 9h à 12h (attention : accès par le parc Jean Mermoz).
- **Galette des rois** (à partir de 60 ans) : samedi 11 janvier 2025 à la halle des sports - 81 avenue de Versailles à partir de 12h30.

Vous avez participé à nos sorties proposées ces derniers mois...

VISITE GUIDÉE : MUSÉE DU QUAI BRANLY

JEUDI 8 FÉVRIER 2024

SÉJOUR À BERCK

DU 27 AU 29 AVRIL 2024

MÉMORIAL CHARLES DE GAULLE

VENDREDI 24 MAI 2024

ZOO DE LA FLÊCHE

LUNDI 3 JUIN 2024

CIRCUIT ET MUSÉE DES 24H DU MANS

LUNDI 18 MARS 2024

CRIMES, MYSTÈRE... À PARIS

LUNDI 13 MAI 2024

LA CATHÉDRALE D'AMIENS

MERCREDI 29 MAI 2024

DÉCOUVERTE D'UN ÉLEVAGE DE CERFS

MARDI 4 JUIN 2024

LE TRAIN BLEU GOÛTER ET CONFÉRENCE

MARDI 2 AVRIL 2024

BALADE AVEC DES ÂNES DANS LE VEXIN

MERCREDI 15 MAI 2024

LES HORTILLONNAGES D'AMIENS

MERCREDI 29 MAI 2024

PARIS À BORD D'UN BUS AMPHIBIEN

LUNDI 10 JUIN 2024

VOS ACTIVITÉS, VOS LOISIRS

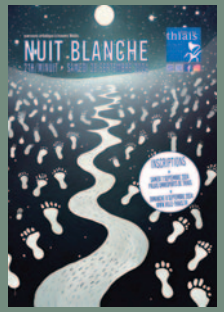
DANSER

7 €

L'après-midi dansant du vendredi, organisé avec *Les joyeux danseurs*, animé par un orchestre, se déroule au centre de loisirs Lionel Terray (39 avenue René Panhard) à partir de 13h45. Une participation de 7 € est demandée.

- Vendredi 6 septembre 2024 animé par Mario CHELI & Loulou
- Vendredi 20 septembre 2024 animé par Pascal ERGUY
- Vendredi 27 septembre2024 animé par Dany SALMON
- Vendredi 11 octobre 2024 animé par Joël OLMEDO
- Vendredi 8 novembre 2024 animé par Dany SALMON
- Vendredi 15 novembre 2024 animé par Bernard PITEUX
- Vendredi 22 novembre 2024 animé par Pascal ERGUY
- Vendredi 29 novembre 2024 animé par Mario CHELI & Loulou
- Vendredi 6 décembre 2024 animé par Joël OLMEDO
- Vendredi 20 décembre 2024 animé par Pascal ERGUY

Attention : dates communiquées sous réserve de modification et/ou d'annulation.



LA BOÎTE AUX LETTRES THIAIS RÉCRÉATION

SUGGESTIONS DE SORTIES

Sortie, visite, spectacle, voyage... vous souhaitez partager vos idées et suggestions ? Faites-les connaître en retournant le coupon ci-dessous à :
Thiais Récréation - 7 rue Chèvre d'Autreville - 94321 Thiais cedex
ou en adressant un message par mail à : thiais.recreation@ville-thiais.fr

Nom :
Prénom :
Adresse :
E-mail :
Téléphone :

Suggestions :

THIAIS RÉCRÉATION

7 rue Chèvre d'Autreville
94321 Thiais cedex
01 48 92 42 81
thiais.recreation@ville-thiais.fr
www.ville-thiais.fr

Rédaction : Ville de Thiais
Illustrations : Ville de Thiais / Adobe Stock
Impression : Imprimerie RAS - Villiers-le-Bel

Certifié PEFC
Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées
PEFC 10-31-1300
www.pefc-france.org

Cette plaquette,
éditée en juillet 2024
à 6 000 exemplaires,
est tenue à disposition du public
jusqu'en décembre 2024.