

ACTIVITÉS SENIORS



La ville de Mantes-la-Jolie organise régulièrement des ateliers et animations dédiés pour vous permettre de bien vivre dans votre ville et d'y rester acteurs.

Pour en prendre connaissance, consultez le programme du pôle seniors mais aussi celui des Centres de Vie Sociale.

De nombreuses activités et sorties adaptées tout au long de l'année aux besoins des seniors.



LA DISTRIBUTION DES COLIS DE NOËL

Il existe 5 types de colis : standard simple, standard couple, adapté simple, adapté couple et maison de retraite.

Pour en bénéficier, il suffit d'avoir **65 ans révolus** et être domicilié à Mantes-la-Jolie.

<https://www.manteslajolie.fr/au-quotidien/solidarite/seniors/activites-seniors?>

LES DATES D'INSCRIPTION SONT COMMUNIQUÉES PAR COURRIER PAR LE PÔLE SENIORS.

A compter des dates communiquées par courrier, vous devez renvoyer le coupon au pôle seniors ou le déposer dans les urnes dédiées à cet effet dans les services municipaux suivants ouverts de 9h à 11h30 & 13h30 à 16h30 :

- CCAS / Agora - 254, bd du Maréchal-Juin
- Hôtel de Ville - 31, rue Gambetta
- Mairie de quartier de Gassicourt - 1, place Paul-Bert



LES REPAS DES SENIORS

Pour bénéficier, il suffit d'avoir 60 ans révolus et être domicilié à Mantes-la-Jolie. La manifestation se déroule en début du mois de février de chaque année sur 3 après -midi (12h à 17h30).

La prestation est composée d'un repas, d'un spectacle et de 2 heures de danse libre sur piste.

<https://www.manteslajolie.fr/au-quotidien/solidarite/seniors/activites-seniors?>

Le transport est assuré pour les personnes qui ne sont pas véhiculées.

Les dates d'inscription et les dates du repas festif sont communiquées dans le programme seniors.

Les activités portées par nos partenaires (associations ou autres):

Les après-midi jeux + goûters du Club des Aînés les mardis.

Nécessité d'adhérer au club.



SEMMAINE
BLEUE
2023

DU 2 AU 8
OCT

*Vieillir ensemble,
une chance à cultiver*

INSCRIPTIONS

12 SEPTEMBRE > AGORA

13 SEPTEMBRE > HÔTEL DE VILLE

Plus d'infos sur
manteslajolie.fr



LA SEMAINE BLEUE

Crée en 1971, cet évènement permet durant 7 jours, de valoriser des actions en faveur des liens intergénérationnels, des droits et de la place des aînés dans la société à travers des projets citoyens, socioculturels, économiques.

Cet évènement est l'occasion pour les acteurs qui travaillent régulièrement auprès des aînés, d'organiser tout au long de la semaine des animations.

Elles permettent de créer des liens entre générations en invitant le grand public à prendre conscience de la place et du rôle social que jouent les seniors dans notre société.

ANIMATIONS SPORTIVES DE L'ASSOCIATION SPORTIVE MANTAISE (ASM) POUR LES SENIORS

A Mantes-la-Jolie, l'Association Sportive Mantaise (ASM) propose différentes activités sportives pour les seniors, telles que l'aquagym, la marche ou la gymnastique douce.



MARCHE

Tous les jeudis au départ du parking du Centre Commercial Intermarché à 8h30. Vous pouvez vous inscrire à ces activités sportives munis d'un certificat médical de non contre-indication pour le sport pratiqué.

GYMNASTIQUE DOUCE

Le lundi de 9h30 à 10h30 au Complexe sportif F. Dantan.

Le vendredi de 8h45 à 9h45 au centre Abel Lauvray



Renseignements au 01 34 77 23 34 ou sur [le site de l'ASM. \(https://www.asmantaise.fr/\)](https://www.asmantaise.fr/)

LE CLUB DES AÎNÉS À MANTES-LA-JOLIE

Le

[Club des Aînés](#)

vous attend pour de la peinture sur faïence, des jeux de société, des sorties, des sorties Cinéma...

Horaires :

- > Le mardi de 14h à 15h45
- > Le mercredi de 9h30 à 11h
- > Le jeudi de 14h00 à 15h45



Renseignements

:

34 rue Porte aux Saints, centre Hélène Touvay

Téléphone: 06 84 56 78 03

UNIVERSITÉ COROT

L'Université du Mantois Camille Corot dispense régulièrement des cours, conférences, sorties, visites sur des thèmes culturels, tels que l'écrivain Honoré de Balzac, Georges Sand, l'œnologie, l'astrologie...



Informations : 01 30 42 91 55

MANTES EN YVELINES SENIORS INFORMATIQUE CLUB (MYSIC)

L'association propose aux seniors des séances d'initiation et de perfectionnement à l'informatique, pendant et hors vacances scolaires.



Téléphone : 06 80 70 18 93

Email : domgesoc@gmail.com