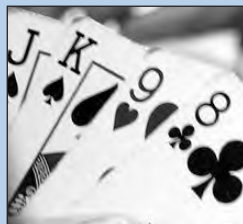


Toutes les activités, les sorties,
les rencontres **du trimestre**
pour les retraités Villetaneusiens

En octobre > Taper le carton



En novembre > Fêter le Beaujolais !



En décembre > L'esprit de Noël



Très facile ★ ★ ★

Facile ★ ★

Bonne condition
physique recommandée ★

octobre

Mercredi 13 octobre ★ ★ ★ Loto goûter

- à partir de 14 heures
- Nombre de places : 50
- Participation : 5,43 euros

Mercredi 27 octobre ★ ★ ★ Tournoi de Belote et goûter

- à partir de 14 heures
- Nombre de places : 24, soit 6 tables de 4
- Participation : 5,43 euros



AVIS DE RECHERCHE : PHOTOS OU FILMS SUR VILLETANEUSE

Dans le cadre du projet « Vues d'ici », confié à l'équipe artistique du Kollectif Alambik, le service culturel est à la recherche de visuels (photos, films Super 8, vidéos...) représentant Villetaneuse dans le passé.

Si vous possédez de tels documents merci de les faire parvenir au service culturel qui vous les restituera en l'état. Tél. : 01 49 40 76 04.

IMPORTANT : LE DÉPART POUR LES SORTIES SE FAIT DEPUIS LES SERVICES TECHNIQUES AVEC PASSAGE DU CAR DANS LES QUARTIERS (SAUF MENTION).

novembre

Jeudi 4 novembre ★ ★ ★ Loto goûter

- à partir de 14 heures
- Nombre de places : 50
- Participation : 5,43 euros

Jeudi 18 novembre ★ ★ ★ le Beaujolais nouveau est arrivé !



Venez fêter l'événement autour d'un **buffet campagnard** dansant animé par Catherine Beldame.

- à partir de 12h15
- Nombre de places : 80
- Participation : 9,01 euros

Courant novembre ★ ★ ★ Au Théâtre Fontaine : « Thé à la menthe ou t'é citron ? »

Une pièce hilarante nominée aux Molières 2010 dans la catégorie « meilleure pièce comique »

- Départ à 19h15
- Nombre de places : 29
- Participation : 43,50 euros

NOUVEAUTÉ :

Emmanuelle, une esthéticienne diplômée d'Etat, sera présente une fois par mois à la résidence... Nous consulter !

ATTENTION :

L'inscription est obligatoire et ne sera définitive qu'à réception du paiement.

Ce calendrier des sorties est établi sous réserve d'annulation de la part des organismes sollicités et/ou du nombre de participants.

décembre

Mercredi 1^{er} décembre ★ ★ ★ Loto goûter

- à partir de 14 heures
- Nombre de places : 50
- Participation : 5,43 euros

Lundi 13 décembre ★ ★ ★ « De l'autre côté du Petit Ecran »

Vous assisterez à l'enregistrement d'une émission de TV, puis vous déjeunerez au « News Café », ensuite vous visiterez les Entrepôts et Magasins Généraux de Paris.

- Départ à 9h30
- Nombre de places : 29
- Participation : 37 euros

Mercredi 15 décembre ★ ★ ★ Goûter de Noël dansant offert par la Municipalité à l'école Anne-Frank

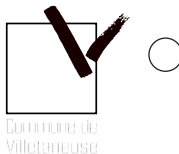
jeudi 16 décembre ★ ★ Le marché de Noël sur les Champs Elysées

- Départ à 13 heures
- Nombre de places : 29
- Participation : 6,22 euros

NOTEZ BIEN
LA SEMAINE BLEUE SE DÉROULERA
DU 18 AU 22 OCTOBRE 2010 :
LE PROGRAMME VOUS
PARVIENDRA ULTÉRIEUREMENT.

Les ateliers

Certificat médical obligatoire pour les activités physiques.



Mémoire et écriture

Animé par Isabelle Mercat-Maheu.
Téléphonez au : **01 49 46 10 93** pour connaître les horaires de l'atelier. Au pôle Seniors.

Atelier Internet

Reprise des ateliers en janvier. Attention le nombre de places est limité. Appelez au 01 49 46 10 90

Céramique

• le vendredi de 13h45 à 16h15
A l'espace d'accueil, de services et d'animations, avec Hilma Fernandez.

Peinture sur supports

• atelier tous les jeudis à 14 heures

Aquagym

• le lundi de 11h à 12h au centre nautique avec les maîtres nageurs de la piscine.

Yoga - relaxation

• le mardi de 15h10 à 16h10 au CICA.

Cours de gymnastique

Cours animés au CICA par Madame Brigitte PIERRE

Le mardi :

• de 9 heures 30 à 10 heures 45 > **gym d'entretien**
• de 10 heures 45 à 12 heures > **gym chorégraphique**
• de 14 heures 10 à 15 heures 10 > **gym douce**

Le vendredi :

• de 9 heures 30 à 10 heures 45 > **Gym d'entretien**
• de 10 heures 45 à 12 heures > **Gym chorégraphique**

Belote/Tarot

Pour compléter les tables, les joueurs avertis sont prêts à former les novices.

Pédicure

Séances prévues avec rendez-vous : 14, 28 octobre, 18 novembre, 16 et 30 décembre 2010 (18 € à la résidence)
Ces jours là, la pédicure peut également se déplacer à votre domicile (20 € à domicile).

RESTAURATION AU LIEU D'ACCUEIL

Le restaurant est ouvert du lundi au vendredi de 12h à 13h30.
Vous pouvez être accompagné de votre famille et /ou amis.

Merci de prévenir 48 heures à l'avance.

Informations

**01 49 46 10 90
01 49 46 10 93**

REPRISE des activités sportives, ateliers poterie, peinture et écriture : nous contacter au 01.49.46.10.90 ou 10.93. Pour les activités sportives : n'oubliez pas d'apporter au Pôle Seniors votre certificat médical AVANT la reprise.

Les numéros d'urgence

Urgences générales

Samu : 15
Police secours : 17
Pompiers : 18 (ligne feu)
ou 01.48.13.85.18
8, rue de la Briche
93200 Saint-Denis

Commissariat

Tél. : 01.49.40.17.00
40, rue de Quétigny
93800 Epinay-sur-Seine

Unité de Police de Proximité

Tél. : 01.49.71.16.30
19/21, rue Marie-Madeleine-le Pichon

93430 Villetaneuse
du mardi au vendredi de 12h à 20h

Gendarmerie

Tél. : 01.48.29.64.38
93800 Epinay-sur-Seine

SOS

médecins

Tél. : 01.43.37.77.77
ou
n° indigo :
0 820 33 24 24

Urgences dentaires

Urgences dentaires pour les dimanches et

jours fériés uniquement.
Tél. : 01.42.61.12.00

SOS dentaire

Tél. : 01.43.37.51.00

Urgences ophtalmiques

les dimanches et jour fériés à l'hôpital de l'Hôtel Dieu à Paris.

Médecins de garde Pharmacies de garde

Contacteur le commissariat
Tél. : 01.49.40.17.00

Centre antipoison (24h/24)

Tél. : 01.40.05.48.48
Hôpital Fernand-Vidal
200, rue du faubourg
Saint-Denis 75010 Paris

Ambulances

• Ambulances l'Avenir
Lochère
93800 Epinay-sur-Seine
Tél. : 01.48.27.63.41

• Ambulances des Ursulines
93200 Saint-Denis
Tél. : 01.42.34.74.28

N'hésitez pas à consulter les pages pratiques du bulletin municipal pour connaître les numéros des services administratifs.

Les services à domicile, mode d'emploi

Attention : le Portage des repas à domicile

se fait désormais du lundi au samedi.
Pour tout renseignement vous pouvez vous adresser au Lieu d'accueil, de services et d'animation (Tél. : **01.49.46.10.90** ou **93**). Ainsi le repas du samedi sera déposé à votre domicile le vendredi après midi. **Le prix du repas est établi en fonction de vos revenus et loyer.**

Et puis, bien sûr...

L'aide à domicile, la télé-assistance...

Pour tous ces services, s'adresser au lieu d'accueil, de services et d'animation

Aide aux déplacements : rappel

C'est un service de transport de retraités, de personnes âgées ou de personnes handicapées qui vous permet, sur rendez-vous, de prévoir et effectuer des trajets accompagnés en véhicule adapté. Le service coûte 0,79 euros la course.

Où s'adresser pour prendre un rendez-vous ? Au Pôle Seniors en appelant le 01.49.46.10.90 ou 93. Dans un souci de bon fonctionnement : il est rappelé aux usagers de ce service que les rendez-vous doivent impérativement être pris auprès du Service.

Le conducteur peut aussi rendre des petits services du type : changer une ampoule, un joint de robinet... Il fait aussi vos grosses courses (packs d'eau, de lait...).
Nous consulter !

LA CUEILLETTE DES CHAMPIGNONS

LA RÉGLEMENTATION

Les champignons appartiennent toujours au propriétaire du terrain, même si le terrain n'est pas clôturé ou d'accès interdit par une pancarte. Il appartient à celui qui veut ramasser des champignons de s'assurer au préalable que la chose est tolérée sur le terrain où il compte ramasser les champignons.

En pratique il est très difficile d'appliquer ces règles mais elles existent, il faut dans la mesure du possible, se renseigner pour savoir si le propriétaire tolère le ramassage des champignons sur ses terres. Certains maires par arrêté municipal limitent la récolte à 2 ou 3 kg par personne et par jour, dans d'autres communes il faut acheter un permis pour ramasser les champignons. Les mêmes limitations peuvent être décidées par l'ONF pour les forêts domaniales.

Il n'existe aucun contrôle sur la vente de champignons sauvages sur les marchés, c'est le maire de la commune qui doit par arrêté, mettre en place un contrôle sur la qualité comestible des champignons.

LES RÈGLES DE SAVOIR VIVRE

Le ramasseur de champignons doit respecter la nature et l'environnement. Le respect des forêts et des prairies est une chose très importante, si les propriétaires tolèrent la récolte sur leurs propriétés ils réclament souvent la plus grande correction, ne pas utiliser la prairie comme parking, refermer les barrières derrière soi ne pas saccager les arbres etc...

Ceci est aussi de mise dans les forêts domaniales ou privées, le respect de la nature doit être une règle évidente ainsi que le respect des champignons que l'on ramasse en ne détruisant pas le mycélium en creusant trop profond autour du champignon à cueillir mais aussi les autres champignons que l'on ne doit pas écraser sous prétexte qu'ils ne sont pas comestibles ou inconnus. Il ne faut pas non plus ramasser n'importe quel champignon sous prétexte qu'il est comestible, il vaut mieux laisser en place les champignons trop avancés ou visiblement trop parasités plutôt que de les récolter et de les jeter plus tard. Ne ramasser que les champignons que vous avez besoin, trop de ramasseurs ramassent sans compter quitte à ne pas tout consommer et à en jeter.

L'espace d'accueil de services et d'animation 01 49 46 10 90 ou 01 49 46 10 93 ou 01 49 46 10 91 de 9h à 12h et de 13h30 à 18h.