

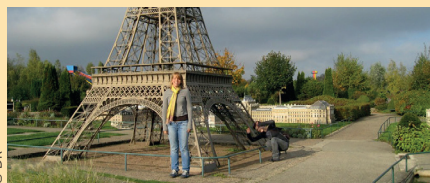
JUILLET

ÉTÉ À VILLETANEUSE

VENEZ PROFITER DU DISPOSITIF ESTIVAL AU STADE BERNARD LAMA DE 15H À 18H. Foued vous attend pour bavarder, jouer aux jeux de société, dans un espace cocooning les **mercredi 15/7, vendredi 17/7, mercredi 22/7, vendredi 24/7 et vendredi 31/7.**

VISITE DE LA FRANCE MINIATURE

VENDREDI 3 JUILLET À 8H30 ET DÉJEUNER AU RESTAURANT



Départ en car, rendez-vous à l'arrêt tramway Villetaneuse-Université. Découverte des reproductions miniatures de monuments français célèbres.

Tarif : 55 euros sur inscription au PAI

ATELIERS SOIN & BIEN-ÊTRE

JEUDI 9 JUILLET À 14H AU PAI

Gratuit sur inscription au PAI

FESTIVITÉS DU 13 JUILLET

AVEC L'ÉQUIPE DU PAI

LUNDI 13 JUILLET, APÉRITIF DE LA FÊTE NATIONALE Rendez-vous au PAI à 18h30 pour un départ groupé vers le stade Bernard-LAMA (Ramassage en car possible pour se rendre à «l'apéritif»). **Gratuit sur inscription au PAI avant le 9 juillet**

JOURNÉE LIBRE À LA MER À DIEPPE

JEUDI 16 JUILLET À 7H30

Départ en car, rendez-vous à l'arrêt tramway Villetaneuse-Université. Entre bord de mer et falaises, découvrez DIEPPE, charmante ville de Normandie ! **Tarif : 6 euros sur inscription au PAI**

LES SECRETS DU PARC GEORGES-VALBON

MERCREDI 29 JUILLET DÉPART EN CAR À 9H DEVANT LE PAI (TOUTE LA MATINÉE) Vous connaissez les secrets du parc et ses trésors de biodiversité. Venez découvrir les coins méconnus et les merveilles cachées de ce lieu unique ! **Gratuit sur inscription au PAI**

AOÛT

DERNIÈRE SEMAINE À L'ÉTÉ À

VILLETANEUSE JUSQU'AU 8 AOÛT, VENEZ PROFITER EN FAMILLE DES ANIMATIONS AU STADE BERNARD LAMA ! (Voir au verso, les activités proposées).

JOURNÉE LIBRE À LA MER À HONFLEUR



JEUDI 13 AOÛT À 7H30

Départ en car, rendez-vous à l'arrêt tramway Villetaneuse-Université. Départ pour HONFLEUR, entre plaisirs du farniente, détente et découverte de ses vieilles demeures, son vieux bassin... au cœur du Calvados ! **Tarif : 6 euros sur inscription au PAI**

RENFORCEMENT MUSCULAIRE*

Reprise le 11 septembre

AVEC RÉMY ET SÉBASTIEN, TOUS LES VENDREDIS (HORS VACANCES SCOLAIRES) À 13H30 AU GYMNASÉ PAUL-LANGEVIN.

Gratuit sur inscription au PAI

SOPHROLOGIE

Reprise le jeudi 10 septembre

LES JEUDIS DE 14H À 15H Pour vous relaxer, méditer et se faire du bien ! **Renseignements et inscription au PAI**

EN AVANT AVEC LA « MARCHÉ DES RETRAITÉS »*

Reprise le 8 septembre AVEC RÉMY ET SÉBASTIEN, TOUS LES MARDIS (HORS VACANCES SCOLAIRES) À 13H30, RENDEZ-VOUS AU PAI Bénéficiez des bienfaits de la marche à pied, autant pour votre forme physique que morale. **Gratuit sur inscription au PAI.**

GYMNASTIQUE ADAPTEE*

NOUVEAU COACH, NOUVEAU JOUR ! TOUS LES LUNDIS (HORS VACANCES SCOLAIRES) DE 14H À 15H AU PAI. Un atelier de gymnastique adaptée, tout en douceur, dispensé par nouveau coach diplômé. Pensez à venir avec votre tapis ! **Gratuit sur inscription au PAI.**

SEPTEMBRE

REPAS DANSANT DE RENTRÉE

AUX COULEURS CRÉOLES ! VENDREDI 4 SEPTEMBRE À 12H AU PAI **Tarif : 16 € sur inscription au PAI**

ATELIER CUISINE PLAISIRS ET SANTÉ

LUNDI 14 SEPTEMBRE DE 10H À 13H AU PAI Animé par l'association «Keneso». Pensez à apporter vos tabliers. **Gratuit sur inscription au PAI**

«PARIS, ENTRE CRIMES ET MYSTÈRES»



VENDREDI 11 SEPTEMBRE, rendez-vous à 12h30 à l'arrêt tramway Villetaneuse-Université (départ en transport en commun). Des Templiers aux alchimistes, des sorcières aux empoisonneuses, suivez votre guide dans un Paris obscur où scandales, crimes et légendes hantent encore les ruelles. **Tarif : 13 € inscription au PAI**

CAFÉ DES AÎNÉS

LE DERNIER VENDREDI DU MOIS AU PAI **TOUS LES DEUX MOIS À 9H PRÉCISES : REPRISE LE VENDREDI 18 SEPTEMBRE. C'EST GRATUIT : PENSEZ À VOUS INSCRIRE !** Le Café des Aînés est l'occasion de se rencontrer en toute convivialité pour aborder des thématiques diverses en toute liberté, le tout autour d'un café partagé.

ATELIER DE POTERIE ET CÉRAMIQUE

TOUS LES LUNDIS DE 10H À 12H Les ateliers poterie sont animés par une professionnelle, venez apprendre les gestes et techniques afin de réaliser vos œuvres. **Gratuit sur inscription au PAI**

(*) Pour les activités physiques, pensez à apporter votre certificat médical.

Les Activités

SOYEZ YOGA !

REPRISE LE JEUDI 17 SEPTEMBRE RENDEZ-VOUS À 15H30 AU PAI Venez découvrir les bienfaits de la pratique de yoga sont nombreux pour la santé physique comme pour l'esprit, donc n'hésitez pas à vous inscrire ! **Gratuit sur inscription au PAI.**

POUR VOUS INSCRIRE AUX ACTIVITÉS, CONTACTEZ LE PÔLE AUTONOMIE ET INCLUSION (PAI)

01 85 57 39 03

PÔLE AUTONOMIE ET INCLUSION (PAI)

5, rue du 19 mars 1962
Lundi au vendredi
8h30/12h - 13h30/17h
(fermé le jeudi matin)



Villetaneuse
solidaire

L'Été à Villetaneuse

**AU STADE
BERNARD-LAMA**

Le dispositif estival «L'Été à Villetaneuse» s'installe de nouveau au stade Bernard-Lama dès le 11 juillet de 14h à 20h30 jusqu'au 8 août. Vous êtes bien-sûr les bienvenus pour participer aux nombreuses animations et assister aux spectacles qui s'y dérouleront. De plus, vous bénéficiez de moments qui vous sont spécialement dédiés en matinée : natation, rencontres...



BASSIN DE NATATION

Vous voulez vous rafraîchir et faire quelques brasses ou bien encore apprendre à nager : il n'y a pas d'âge pour s'y mettre ! Rémy et Sébastien vous accueillent **tous les matins, en semaine, à partir de 9h dès le mardi 14 juillet.**

POUR ÉVITER LES COUPS DE CHALEURS ?

Cette année encore, en prévision d'une éventuelle canicule, pensez à l'inscription sur le registre du Pôle Autonomie et Inclusion / CCAS en venant retirer vos fiches d'inscription directement au PAI ou en contactant le service au **01 85 57 39 03 / 39 04.**

Nous vous rappelons que le PAI vous accueille tous les jours pour vous rafraîchir dans les salles climatisées et/ou pour profiter du jardin autour d'un petit café et pourquoi pas de jeux de société. Nous vous souhaitons un bel été à Villetaneuse !

Les Services

PORTAGE DE REPAS

Le portage de repas à domicile s'organise du lundi au samedi, le repas du samedi étant livré le vendredi. Le prix dépendra de vos ressources, pour tout renseignement et demande s'adresser au PAI au **01 85 57 39 03.**

AIDE AUX DÉMARCHES

Sur RDV, le PAI vous aide pour certaines démarches :

- Allocation solidarité personnes âgées (ASPA)
- Carte Améthyste
- Aide sociale à l'hébergement (ASH)
- Allocation départementale Personnalisée d'Autonomie (ADPA)
- Coordination gérontologique «Horizon»

AIDE AUX DÉPLACEMENTS

Ce service de transport (**suspendu au mois d'août**) pour les retraités ou personnes en situation de mobilité réduite vous permet, sur rendez-vous, de prévoir et d'effectuer vos trajets accompagnés en véhicule adapté. **Tarif : 1,55 € /course.**

COMMENT PRENDRE UN RENDEZ-VOUS ?

Au Pôle Autonomie et Inclusion, ou au **01 85 57 39 03.**

Dans un souci de bon fonctionnement, il est rappelé aux bénéficiaires de cette aide que **les rendez-vous doivent impérativement être pris auprès du pôle.**

LE + : Le conducteur peut aussi effectuer des petits services du quotidien : changer une ampoule, faire vos courses...
N'hésitez pas à nous consulter pour plus d'informations !

PÉDICURE À DOMICILE

LES 2 ET 16 JUILLET • 6 ET 20 AOÛT • 3 ET 17 SEPTEMBRE

Le Pôle Autonomie et Inclusion vous met en relation avec une professionnelle qui interviendra à domicile !

Tarif : 26 € (à régler directement à la pédicure), sur inscription au PAI

En cas d'urgence

URGENCES GÉNÉRALES

SAMU : 15
Police secours : 17
Pompiers : 18
ou 01 48 13 85 18 (caserne)
8, rue de la Briche
93200 Saint-Denis

SOS MÉDECINS

01 43 37 77 77

COMMISSARIAT

01 49 40 17 00
40, rue de Quétigny
93800 Épinay/Seine

URGENCES DENTAIRES

Dimanches et jours fériés
uniquement.
01 42 61 12 00

SOS DENTAIRE

01 43 37 51 10

URGENCES OPHTALMIQUES

Hôpital des 15-20
01 40 02 16 80.

CENTRE ANTIPOISON

01 40 05 48 48
Hôpital Fernand-Vidal
200, rue du faubourg
Saint-Denis 75010 Paris

PHARMACIES DE GARDE

Appeler le 3237

MÉDECINS DE GARDE

Appeler le 118 418
et dites « santé ».