



PROGRAMMATION DE L'ESPACE PASS'ÂGE

2023-2024

Inscription le 11 septembre

ESPACE PASS'ÂGE
31 BLD PIERRE
MENDÈS FRANCE
BUSSY-SAINT-GEORGES
01 87 94 77 51

passage@bussy-saint-georges.fr



Bussy
Saint-Georges



YouTube

Infos : 01 87 94 77 51 - www.bussysaintgeorges.fr

MOT DE L'ÉLUE



"Les rendez-vous de l'espace intergénérationnel sont des moments de loisirs et de détente très appréciés des enfants, parents et grands-parents..."

Rassemblant les générations autour d'une activité ou organisées par tranches d'âges, les séances se veulent enrichissantes et diversifiées pour répondre à toutes les envies.

Dessins, peinture, cuisine, travaux manuels, cinéma, sport... La ville de Bussy est heureuse de vous proposer pour cette année 2023-2024 un programme riche et attractif.

Vous vous sentez un peu seul et vous cherchez une activité de loisirs pour rencontrer de nouvelles personnes ? Vous souhaitez découvrir une nouvelle activité ou vous perfectionner ? Votre enfant aimerait jouer avec d'autres camarades, tout en apprenant à cuisiner, à bricoler... ? Vous souhaitez pratiquer une activité en famille ?

Consultez les ateliers proposés par nos animatrices de l'espace intergénérationnel.

Convivialité, partage et sourires sont au rendez-vous ! "

RÉGINE BORIES

Vice-Présidente du CCAS,
Adjointe au Maire déléguée aux Affaires Sociales,
à la Santé et au Handicap

MODALITÉS D'INSCRIPTION



DOCUMENTS À FOURNIR

- Pièce d'identité,
- Justificatif de domicile de moins de 6 mois,
- Attestation d'assurance responsabilité civile,
- Livret de famille si l'inscription concerne un enfant,
- Certificat médical pour les ateliers sportifs,
- une photo d'identité pour l'adhésion à la carte de cinéma,
- Adhésion pour l'année de 15€ par adulte et 10 € par enfant (chèque ou espèces) pour l'ensemble des activités,
- Fiche d'inscription complétée.

INSCRIPTION
LE 11 SEPTEMBRE
DE 9H30 À 12H ET
DE 14H À 17H30
À L'ESPACE PASS'ÂGE

CE PROGRAMME
2023/2024
sera évolutif et d'autres
activités viendront le compléter
tout au long de l'année.

La participation à certains ateliers est soumise à une cotisation supplémentaire, les tarifs 2023-2024 seront disponibles à l'Espace Pass'âge.



PLANNING DES ATELIERS

MARDI

10H30 À 11H30

**SÉANCE DE
PILATES**
(public seniors)

14H30 À 17H

**ATELIER
PETITES MAINS**
(public adulte)

MERCREDI

10H30 À 11H30

SÉANCE DE DANSE DOUCE
(public seniors)

15H À 16H30

AIDE À L'INFORMATIQUE
(public adulte)

JEUDI

08H45 À 09H45

ACTIVITÉS SPORTIVES
(public seniors)

10H00 À 14H00

En alternance les jeudis matins

**ATELIERS
CUISINE/ENCHANTANT**
(public adulte)

VENDREDI

10H À 12H

En alternance les vendredis matins

**ATELIERS
CONVERSATION/DÉCOUVERTE**
(public adulte)

14H30 À 16H30

**ATELIER
PASS'AGE À L'ART
(DESSIN/PEINTURE)**
(public adulte)

ATELIERS DU PRIF

(Prévention Retraite IDF)

Ateliers conçus avec des intervenants experts. Les ateliers du PRIF apportent aux seniors les connaissances et les pratiques qui favorisent un vieillissement en bonne santé. Ils offrent aussi de belles opportunités d'échanges et de lien social.



Le planning des
ateliers sera
bientôt
disponible

CARTE DE RÉDUCTION POUR LE CINÉMA

(PUBLIC SENIOR)

CGR DE TORCY

6.40€ du lundi au vendredi inclus (hors salle
ICE, séances spéciales et majoration 3D)

10€ pour la salle premium ICE du lundi au
vendredi

5€ pour les CINÉ DEBAT (au lieu de 7.50€)

Tarifs valables du 01 octobre 2023 au 31 décembre 2024



CINÉMA LE CINQ LAGNY-SUR-MARNE

CINE-SENIOR VILLES 2023

→ 3€

- Accès au plus de 60 ans lors de séances mensuelles.
- Un jeudi par mois à 14H (possibilité de séances supplémentaires en cas d'événement exceptionnel).
- « Ciné-sénior villes » : les films présentés sont sélectionnés en amont par le cinéma parmi les sorties récentes.
- Pour bénéficier de ce tarif, les seniors doivent présenter une pièce d'identité et un justificatif de domicile.
- Gratuité lors de la Semaine Bleue.



L'ATELIER "PETITES MAINS" DU MARDI

14H30 À 17H

Les activités manuelles font appel à votre dextérité et vous permettent de travailler la précision du geste. Véritable atout thérapeutique, la création permet de se détacher des tracasseries quotidiennes.

Cet atelier est un partage des connaissances, et de recherche collective de nouvelles techniques dans une ambiance bienveillante.

Profitez de ce moment pour créer de nouveaux liens.



(public adulte)

" CRÉER,
VOILÀ CE QUI REND LA
VIE LÉGÈRE "

Venez donner vie à vos idées. Exprimez votre créativité et laissez-vous guider par vos mains !

L'ATELIER "CUISINE" DU JEUDI

9H45 À 14H



Temps privilégié

pour se retrouver et partager
un moment de convivialité.

Vous participerez en groupe à
l'élaboration d'une recette, que vous
pourrez réaliser facilement chez vous.
Tous à table, place à la dégustation !



(public adulte)



AUX PETITS OIGNONS !

3 € SUPPLÉMENTAIRES
À CHAQUE SÉANCE

Venez cuisiner et déguster
vos réalisations dans la
joie et la bonne humeur !



L'ATELIER "ENCHANTANT" DU JEUDI

10H À 12H

Travaillez votre mémoire auditive
autour d'un répertoire varié de
chansons actuelles et de
classiques de la chanson française.
Pour le plaisir de chanter ensemble,
tout simplement.

Atelier de type karaoké



**"LE CHANT EST À LA
PAROLE CE QUE LA
PEINTURE EST AU DESSIN"**

(public adulte)

Parce que la musique fait du
bien, rassemble et amène
de la joie, l'atelier vous aide
à vous épanouir et à vous
exprimer

L'ATELIER "DÉCOUVERTE" DU VENDREDI

10H À 12H

Cet atelier est un temps de découverte qui vous donne l'envie de voyager, d'apprendre et de comprendre l'histoire, ainsi que les grands mystères du monde.

Exemple de thèmes abordés :



ORIGINES ET HISTOIRE DES
NOMS DE FAMILLES

L'HISTOIRE DU SPORT

Histoire
de l'écriture

FRANÇOIS BARRAN
HISTOIRE DE LA
MUSIQUE
En Occident, de l'antiquité à nos jours

Comment est
née la monnaie ?



"ALLONS EXPLORER
LE MONDE"

(public adulte)

Venez partager et
enrichir vos
connaissances.

L'ATELIER "CONVERSATION" DU VENDREDI

10H À 12H

Cet atelier est un temps convivial où bienveillance, fous rires et émotions sont souvent au rendez-vous.

Communiquer permet de mieux connaître les autres, de nous enrichir de nos différences et de se découvrir soi-même.



(public adulte)

**IL EST BON DE PARLER
NOUS DIT-ON !**

Véritable lieu d'expression et d'échanges. Sujets de conversation pour une discussion intéressante. Vous avez la parole !

L'ATELIER "PASS'ÂGE À L'ART" DU VENDREDI

10H À 12H

Développez votre imaginaire et votre sensibilité artistique.

Initiation à l'histoire de l'art et aux diverses techniques (non académiques) du dessin et de la peinture pour apprendre et trouver votre style graphique.



(public adulte)

**DESSINER SUSPEND LA
PENSÉE**

Dessiner donne un merveilleux sentiment de liberté. Cet atelier aide à développer la coordination, la concentration et la créativité.

LES ATELIERS SPORTIFS



PUBLIC SENIOR



MARDI

10H30 À 11H30

SÉANCE DE PILATES



14H30 À 15H30

SÉANCE DE YOGA

A l'espace Metiss'Age

MERCREDI

10H30 À 11H30

SÉANCE DE DANSE
DOUCE

A l'espace Pass'Age

JEUDI

08H45 À 09H45

SÉANCE DE GYM DOUCE

A l'espace Metiss'Age

Vous devez vous munir d'un tapis de gym, de chaussures de sport d'intérieur (spécifiques, dédiées pour ce sport) et d'une bouteille d'eau.