

La Gazette de Malakoff

N°20 - *Le trimestriel des sorties et animations des Seniors*

2023
JANVIER
FÉVRIER
MARS

Et sur malakoff.fr

Éditorial

A l'occasion de cette nouvelle année, l'équipe municipale se joint à moi afin de vous souhaiter le meilleur pour 2023. Puisse cette année être remplie de bonheur et préserver votre santé ! Si 2023 promet d'être une année de crise, les augmentations de tarifs de l'énergie ne peuvent pas être uniquement imputées au budget des collectivités territoriales. Nous prenons donc nos responsabilités, mais sans pour autant renier nos missions d'intérêt général et notre volonté de soutenir les plus fragiles. Dans cette période difficile, je vous confirme la détermination de la ville pour vous proposer des activités de qualité, correspondant aux valeurs de Malakoff : solidarité et fraternité. 2023 sera une année où la municipalité restera mobilisée pour préserver son service public de proximité.

Pour ces prochains mois, l'équipe seniors vous a préparé un programme varié : concert jazz, théâtre à gogo, balades dans la région, restaurant gourmand et bien d'autres activités qui nous permettront de bien entamer l'année ensemble !

■ **Jocelyne Boyaval**
Maire-adjointe à la Mémoire,
aux Anciens combattants
et aux Seniors

Vos sorties

JANVIER ❄️

Mardi 17 janvier Marche dans le bois de Vincennes (75)

Cette randonnée de 8 à 9 km comprend une boucle dans l'Arborétum, un panorama sur Vincennes à partir du Belvédère et un passage sur l'Allée royale.

■ Après-midi | Cette sortie s'effectuera en car | 3 €



Raymond Devos
en spectacle à Paris,
en 1994.
© Micheline Pelletier

L'ŒIL SUR... Le musée Raymond Devos (78)

La maison où l'humoriste vécut pendant plus de 40 ans ouvre ses portes au public. Le musée permet aux visiteurs d'embrasser son univers, à travers de nombreux effets personnels et des instruments de musique.

■ Mardi 24 janvier après-midi | Cette sortie s'effectuera en car | 10 €



© Lionel Allorge

Mardi 17 janvier Concert

Chelsea Carmichael

Cette saxophoniste fait une halte à Malakoff à l'occasion de la sortie de son premier album. Mêlant jazz, dub reggae, post-bop et ragga indien, cette musicienne hypnotique témoigne aussi d'un sens subtil de l'improvisation.

■ Théâtre 71 | 20h | Le paiement s'effectuera directement au théâtre | 14 €

Mardi 24 janvier Musée Raymond Devos (78)

Voir encadré L'œil sur... ci-dessus.

Jeudi 26 janvier Conférence dessinée - L'Asymétrie des baratins

Répondre à la crise écologique passe aussi par l'imaginaire... Sous le regard du metteur en scène Ronan Letourneur, l'architecte Nicola Delon et le peintre Benoit Bonnemaïson-Fitte créent *L'Asymétrie des baratins*, une conférence dessinée qui met en récit les initiatives collectives, locales et citoyennes qui s'inventent aujourd'hui.

■ Théâtre 71 | 20h | Le paiement s'effectuera directement au théâtre | 14 €

Mardi 31 janvier Restaurant à Clichy (92)

Au restaurant d'application du lycée René-Auffray, les chefs vous proposent un menu autour de la gastronomie française et internationale, sans perdre de vue la formation des jeunes apprenants.

■ Journée | Cette sortie s'effectuera en car | 20 € + 5 € sup. boisson

FÉVRIER 🎩

Jeudi 2 février Karaoké

Venez pousser la chansonnette dans une ambiance festive au côté de l'équipe du CCAS.

■ Après-midi | Maison de la vie associative | 3 €

Mercredi 8 février

Le musée de la grenouillère (78)

Lieu de mémoire du célèbre café-flotant la Grenouillère, où Monet et Renoir ont peint leurs premières toiles, le musée vous présente une collection de tableaux, gravures et objets dans une ambiance Belle Époque.

■ Après-midi | Cette sortie s'effectuera en car | 7,60 €



Jeudi 9 février Théâtre - *Misericordia*

Trois femmes passent leurs journées à tricoter et leurs nuits à se prostituer... Emma Dante signe avec *Misericordia* une fresque lumineuse où le misérabilisme et la tragédie n'ont pas leur place.

■ Théâtre 71 | 20h | Le paiement s'effectuera directement au théâtre | 14 €



© C. Raynaud de Lage

Vendredi 10 février Ciné-club - *Hors normes*

Bruno (Vincent Cassel) et Malik (Reda Kateb) travaillent auprès d'enfants et d'adolescents autistes. Pour encadrer ces jeunes hors normes, ils forment des jeunes issus des quartiers difficiles. Inscription à Pierre-Valette.

■ Pierre-Valette | 19h30 | Gratuit !

Mardi 14 février Marche à Meudon (92)

Lors de cette randonnée de 8 km vous découvrirez l'observatoire de Meudon et admirerez le panorama depuis la terrasse de son parc. L'itinéraire se déroule surtout en forêt. Prévoir chaussures de randonnée et bâtons.

■ Après-midi | cette sortie s'effectuera en car | 3 €



© Cécile D.

L'ŒIL SUR... Le musée des arts forains (75012)

L'une des singularités de ce musée-spectacle réside dans la possibilité de monter sur des manèges centenaires ou de jouer avec des attractions anciennes.

■ Mardi 21 mars après-midi | cette sortie s'effectuera en car | 18 €

MARS

Mardi 7 mars

Marche au Plessis Robinson (92)

Cette randonnée de 8 km met à l'honneur la découverte du « nouvel urbanisme ». La promenade des berges a des allures de petite Venise des Hauts-de-Seine et les quatre parcs boisés traversés apportent une touche de verdure à ce parcours urbain.

■ Après-midi | Cette sortie s'effectuera en car | 3 €



Vendredi 10 mars

Ciné-club

Portrait de la jeune fille en feu

Ce film met en scène Héloïse, une femme qui résiste à son destin d'épouse en refusant de poser pour Marianne, la peintre qui doit réaliser son portrait de mariage. Inscription à la Maison de quartier Barbusse.

■ Maison de quartier Barbusse | 19h30 | Gratuit !

Mardi 14 mars

Couper les fluides

Du 18 février au 12 juillet 2023, tous les fluides énergétiques - eau, gaz et électricité - seront coupés à la Maison des arts. L'objectif est d'accompagner une prise de conscience collective face à la détérioration de

notre environnement. Menée par l'équipe du Centre d'art contemporain, cette expérience vise à transformer ses manières de travailler. Elle s'accompagne d'une agora, espace de réflexion et de débats.

■ Après-midi | Maison des arts | Gratuit !

Jeudi 16 mars

Goûter conférence - Dans l'intimité des maisons closes (75010)

Ces filles de maisons s'appelaient Niniche la Boulotte, la Môme sucre d'Orges, la Grande Berthe, revivez toutes ces anonymes lors d'un goûter-conférence dans le salon d'une ancienne maison-close. Retrouvez l'intimité de ces lieux de plaisirs cachés aux yeux indiscrets. Son atmosphère feutrée vous permettra d'imaginer la vie des filles de joie et des personnages qui gravitaient autour d'elles

■ Après-midi | cette sortie s'effectuera en transport | 20,50 €

Mardi 21 mars

Musée des arts forains (75012)

Voir encadré L'œil sur... ci-dessus.

Mardi 28 mars

Bowling à Joinville (94)

Le bowling est un jeu convivial et facile d'accès qui ne laisse personne de côté, que vous soyez initié ou débutant. Détente et strikes au programme !

■ Après-midi | Cette sortie s'effectuera en car | 9,50 €



Vendredi 31 mars

Théâtre - Les Imprudents

À partir des *dits et écrits* de Marguerite Duras, la metteuse en scène Isabelle Lafon dessine en creux un portrait méconnu de cette écrivaine dont le credo était d'écrire publiquement ce que l'on cache au grand jour.

■ Théâtre 71 | 20h | Le paiement s'effectuera directement au théâtre | 14 €

Votre atelier

Atelier + de pas

En partenariat avec le PRIF, l'association Adal vous propose un atelier en 6 séances, dont l'objectif est de valoriser les bienfaits de la marche à pied. Les séances mêleront temps d'échanges et d'informations, jeux de questions-réponses, propositions d'itinéraire adapté à chacun, ... Enfin un podomètre connectable à un site internet vous sera distribué afin que chacun puisse mesurer ses progrès et se motiver. Un bilan en fin de cycle vous permettra de pérenniser la marche à pied adaptée à vos besoins.

■ Résidence Laforest | Mercredi après-midi | Mars : 15, 22, 29 | Avril : 5, 12, 19.

Dans les résidences

Les résidences autonomie Joliot-Curie et Laforest sont ouvertes aux retraités tous les après-midis de 14h à 17h. Vous pouvez, en toute convivialité, jouer aux cartes, faire des jeux de sociétés, du tricot, du crochet, des activités manuelles... ou tout simplement discuter.

■ Résidence Laforest
7, rue Laforest - 01 47 35 65 51

■ Résidence Joliot-Curie
5/7, avenue Joliot-Curie - 01 41 17 42 88

Après-midi chansons

À la résidence Laforest les lundis de de 14h à 17h un petit groupe de passionnés se réunit pour le plaisir de chanter le répertoire de la chanson française. Vous avez envie de pousser la chansonnette et de passer un bon moment ? Rejoignez-les !

■ Résidence Laforest
Janvier : lundis 16, 30
Février : lundis 13, 27
Mars : lundis 13, 27

Danse traditionnelle

Christiane professeur de danse à la retraite, vous initiera aux danses traditionnelles de France, d'Autriche-Allemagne, d'Israël, d'Europe de L'Est

et des Balkans. Tenue confortable et chaussures légères ou à petits talons sont conseillées.

■ Résidence Joliot-Curie | Séance de 14h à 17h

Janvier : 19, 23

Février : 6, 20

Mars : 6, 20

Tricot



La résidence Laforest vous propose le jeudi matin un atelier tricot avec aiguille ou crochet. Débutants ou initiés, vous êtes les bienvenus. Inscription obligatoire auprès du pôle Seniors

■ Résidence Laforest | Jeudi matin de 10h à 12h | Gratuit !

Le CLIC

Le CLIC (Centre local d'information et de coordination gérontologique) veille à la prise en charge des personnes âgées et les accompagne, avec leur entourage, afin de garantir leur maintien à domicile dans les meilleures conditions. Il met en œuvre des réponses à leurs besoins et constitue un réseau de solidarité avec les différents partenaires. Sur rendez-vous, Elaine Farrugia vous informe, vous oriente et coordonne les aides dont vous avez besoin.

■ Résidence Laforest | 7, rue Laforest | Elaine Farrugia 01 47 46 75 79

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Les préinscriptions aux sorties et aux activités se feront uniquement par téléphone du lundi 26 décembre 2022 au mardi 3 janvier 2023 au 01 47 46 75 97 ou 77 ou 89

Le service se réserve le droit de sélectionner les sorties selon le nombre de personnes inscrites et selon le nombre de sorties choisies.

Vous recevrez votre facture pour l'ensemble des sorties auxquelles vous participerez.

Le paiement s'effectuera par carte bancaire, chèque (à l'ordre du Trésor public) ou espèces, sur rendez-vous pris au préalable auprès du service.

Pensez à venir régler votre facture au plus tard une semaine avant votre première sortie. Le non-paiement entraînera l'annulation de vos préinscriptions et l'impossibilité de vous rendre aux sorties choisies

Pour tout désistement, il est impératif de prévenir le service le plus tôt possible afin de permettre à une autre personne d'y participer. Les désistements suivis d'un remplacement feront l'objet d'un remboursement sous forme d'avoir. En revanche, les sorties pour lesquelles nous ne pourrions trouver de remplaçant ne vous seront pas remboursées.

La Gazette de Malakoff - n°20 Le trimestriel du Centre communal d'action sociale
Conception-rédaction : CCAS et direction de la Communication
Impression : presse numérique de la Ville - ISSN : 2777-6344



Ville de Malakoff

© L. Valroff