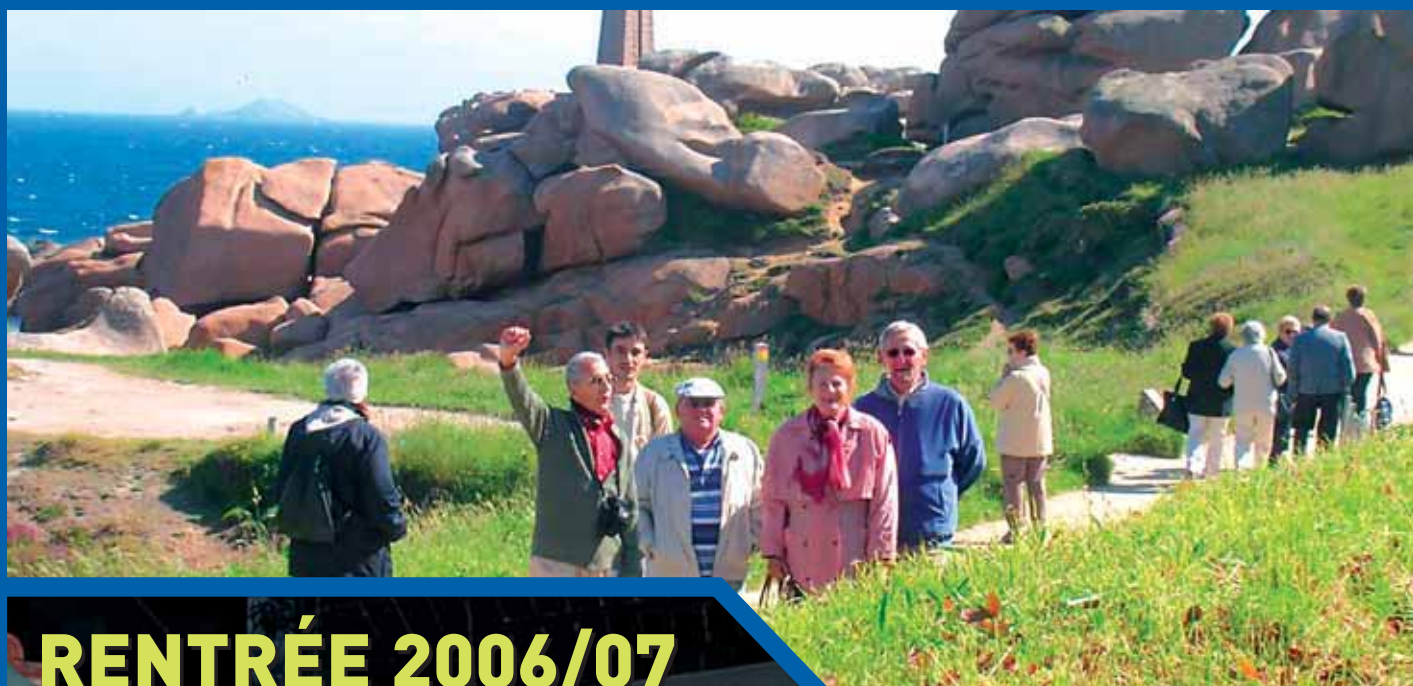


Vivement

BULLETIN D'INFORMATION • N° 66 Automne 2006



RENTRÉE 2006/07



**VOS NOUVEAUX
ATELIERS**

M

Montpellier *mille et une vies*

CALENDRIER



Les incontournables de la rentrée. Toutes les dates et événements à marquer sur votre calendrier

10 septembre

ANTIGONE DES ASSOCIATIONS • 1 200 associations réunies de la Place Paul Bec aux Berges du Lez – de 9h à 19h. Un stand spécial pour le CCAS afin de vous permettre de venir à la rencontre des différents services...

**29, 30 septembre
et 1^{er} octobre**

MONTPELLIER QUARTIERS LIBRES • 3 jours de spectacles artistiques et d'animations dans toute la ville. Un vrai festival de proximité proposé par la Ville de Montpellier. En 2005, plus de 50 000 spectateurs ont profité de la centaine de spectacles proposés.

30 septembre

JOURNÉE D'ACCUEIL DES NOUVEAUX MONTPELLIÉRAINS • Traditionnelle cérémonie de bienvenue pour les nouveaux arrivants : visites guidées de la ville, réception au Corum par le Maire et l'équipe municipale... Entrée Libre.
Inscriptions à l'Office de Tourisme : 04 67 60 60 60

4 au 22 octobre

LES INTERNATIONALES DE LA GUITARE • L'un des plus grands festivals de guitare en Europe et le premier des festivals en France. Spectacle garanti.

6 au 16 octobre

58^e FOIRE EXPOSITIONS • Pour sa 58^e édition, la Foire Internationale de Montpellier célèbre l'Italie, invitée d'honneur. 13 halls, 234 000 visiteurs (2005), 1 000 exposants, 60 000 m² de surface d'exposition. Retrouvez tous vos secteurs favoris : bricolage, beauté, santé, ameublement, tourisme, loisirs, mode, appareils ménagers, artisanat...

16 au 22 octobre

SEMAINE BLEUE • La Semaine Nationale des Retraités et Personnes âgées est organisée cette année sur le thème « Jeunes et Vieux... Ensemble ». Une manière d'aborder les rapports entre les générations. À Montpellier, plusieurs animations seront organisées autour de cette semaine, dont les Olympiades Bis, Chants, chorégraphies, seront proposés dans les maisons de retraite par tous les adhérents de l'Âge d'Or...

18 octobre

SEMAINE DU GOÛT • L'Âge d'Or vous propose à midi, au Domaine de Grammont, une rencontre entre chefs cuisiniers et grands gourmets et gourmands. Germain Traiteur vous convie à un repas « Senteurs d'Ici ». Avec une animation musicale et dansante.
Inscriptions et renseignements au bureau Âge d'Or : 04 99 52 77 96
Attention places limitées Tarif : 26 euros – Réservation jusqu'au 10 octobre.

8 et 9 décembre

TÉLÉTHON 2006 • Pour gagner le combat contre les maladies neuromusculaires, mobilisez-vous avec l'AFM. Chaque année, l'Âge d'Or coordonne une trentaine d'actions réalisées au profit du Téléthon. Cette grande opération de générosité est organisée en partenariat avec les établissements pour personnes âgées, les clubs de loisirs du CCAS, l'association de loisirs et d'échanges des retraités montpelliérains... et tous les retraités bénévoles de l'Âge d'Or. Le chiffre de la recette 2005 : 11 450 euros.





Le Club Baroncelli déménage, pour intégrer les locaux de la Maison pour tous Léo Lagrange. Des travaux de réfection et d'agrandissement sont entrepris dans quatre clubs : Luis Mariano, Jeanne Galzy, à l'Aiguelongue et Laure Moulin. Le programme des animations dans les clubs se renforce de nouvelles activités (dont 60 % gratuites). La saison 2006/2007 s'ouvre sous le signe du mouvement. Les aînés profitent aussi de cette dynamique. Vous le savez, la moyenne d'âge dans les établissements pour personnes âgées est aujourd'hui de 85 ans. Il y a 20 ans, elle était de 65 ans. C'est la preuve qu'on vit mieux aujourd'hui et plus longtemps. Mais lorsque le maintien à domicile n'est plus possible, il est nécessaire de disposer de structures adéquates. Nous sommes actuellement en phase d'appel d'offres pour les travaux de construction de l'établissement Laroque. Parallèlement, nous montons également un dossier pour la création d'un nouvel établissement de 75 lits, qui sera implanté dans le quartier Ovalie, avec deux secteurs protégés et un secteur grande dépendance. Cette maison sera baptisée du nom de Françoise Gauffier, dont beaucoup se souviennent, pour l'action menée en faveur du 3^e âge, lorsqu'elle était élue au Conseil Municipal de la Ville. 630 lits seront ainsi disponibles sur la Ville. Mais nous ne nous en tiendrons pas là. Ville et CCAS travaillent également sur le projet d'ouverture d'un accueil de jour pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Autant de projets, qui signent notre engagement pour faire de Montpellier une cité solidaire, capable d'apporter écoute et soutien aux populations les plus fragilisées et en situation de grande dépendance. Bonne rentrée à toutes et à tous.

Hélène MANDROUX, Maire de Montpellier



Le lien. C'est sans doute le mot qui me semble résumer au mieux le nouveau programme des activités de la rentrée. Lien noué non seulement entre les adhérents, entre les membres de différents clubs, entre les représentants de différentes générations qui cohabitent parfois (clubs, maisons pour tous, crèches, centres de loisirs...) Mais plus largement, aussi, lien avec une société où tout semble aller toujours trop vite. Où les leçons d'hier ne semblent plus aussi pertinentes aujourd'hui. Où l'écart se creuse toujours davantage entre ceux qui surnagent tant bien que mal dans le flot de la modernité et ceux qui, par lassitude ou désintérêt avouent s'être laissé distancer... Exemple flagrant avec les nouvelles technologies. Internet, le téléphone portable, la webcam, le numérique, les messageries... L'affluence record des ateliers informatique organisés au club de La Cavalerie, nous force à penser, en ce domaine comme en d'autres, qu'il n'existe pas de « fatalité ». Que la vie moderne appartient bien à tous. Quel que soit son âge, on peut avoir envie d'évoluer en même temps que son époque. Et découvrir, si l'envie nous en prend, toutes les nouvelles possibilités de rencontre et de liens, entre parents, amis ou proches... Ce programme 2006/2007 est le vôtre. Nous souhaitons qu'il vous permette d'aller à la rencontre des autres et de vous-mêmes. Chacun possède en soi des réserves d'énergie, d'enthousiasme, des aptitudes oubliées simplement parce qu'on ne disposait pas du temps nécessaire, de l'occasion pour... Apprendre une langue, une danse de salon, tonifier son corps par un peu d'aquagym, exercer sa mémoire avec des ateliers adaptés, c'est aussi facile avec l'Âge d'Or que se créer un réseau d'amis forts et vrais. Se faire un peu de bien à l'âme... N'attendez plus pour en profiter.

Christiane FOURTEAU, Adjointe au Maire déléguée à la solidarité

Vivement

N°66 – Automne 2006

Direction de la publication :

Michel GUIBAL

Rédaction : Direction

de la communication

Mairie de Montpellier •

www.montpellier.fr

Création/Réalisation : Étincelle

Impression : JF Impression

CCAS Direction Âge d'Or

Tél. 04 99 52 77 99

RENTRÉE 2006 : FAITES LE PLEIN D'ACTIVITÉS !

15 clubs répartis sur toute la ville. Un choix complet de 64 disciplines : sports, cours de langues, ateliers manuels, expression artistique, randonnées... Plus de 30 activités gratuites. Des horaires adaptés. Des animateurs compétents... Laissez vous tenter par le programme 2006 de la rentrée dans les clubs de l'Âge d'Or. Oubliez vos réticences et osez vous faire plaisir. Découvrez qu'il n'y a pas d'âge pour apprendre une langue, que vous aviez un don que vous n'avez jamais eu le temps d'exploiter, que des amis sont là, prêts à vous rencontrer... Camaraderie, loisirs, plaisirs et convivialité... Bienvenue dans les clubs de l'Âge d'Or

ACTIVITÉS CORPORELLES ET SPORTIVES

YOGA

Tarif : 27 € par trimestre
ou 78 € par an

Lieux :

Espace Antonin Balmès
Club de La Cavalerie
Club Laure Moulin
Club Jeanne Galzy

Jours : mardi, jeudi, vendredi

Horaires : Espace Antonin Balmès (le mardi de 9h15 à 10h15 et de 10h45 à 11h45)
Club de la Cavalerie (le jeudi de 9h45 à 10h45) - club Laure Moulin (le vendredi de 9h à 10h) - club Jeanne Galzy (le vendredi de 9h30 à 10h30)

TAÏ-CHI

Tarif : 27 € par trimestre
ou 78 € par an

Lieux : club Docteur Bonnet
club Luis Mariano
club de La Cavalerie

Jours : mardi, mercredi
vendredi

Horaires : club Luis Mariano (mercredi de 11h à 12h) - club Docteur Bonnet (mardi de 11h à 12h) - club de La Cavalerie (vendredi 9h30 à 10h30)



SOPHROLOGIE

Tarif : 27 € par trimestre
ou 78 € par an

Lieux :

Espace Antonin Balmès
club Luis Mariano
club Lemasson
club Laure Moulin

Jours : lundi, mardi

Horaires : Espace Antonin Balmès (le lundi de 16h15 à 17h15) - club Luis Mariano (le lundi de 11h à 12h) - club Lemasson (le mardi de 11h à 12h) - club Laure Moulin (mardi de 9h30 à 10h30)

TIR A L'ARC

Tarif : activité gratuite

Lieux : Gymnase Ferrari
(complexe sportif de la Rauze)

Jours : mardi

Horaires : de 9h à 10h30 (perfectionnement) - 10h30 à 12h (initiation)

TENNIS DE TABLE

Tarif : activité gratuite

Lieux : Maison pour tous Georges Brassens

Jours : mardi

Horaires : de 14h30 à 17h30

TENNIS

Tarif : activité gratuite (sur rendez-vous)

Lieux : Tennis club de Grammont : 04 67 64 29 55

Jours : lundi, mardi, jeudi, vendredi

Horaires : de 9h à 12h

GYMNASTIQUE

Tarif : activité gratuite

Lieux : clubs, maisons pour tous, gymnase (voir dépliant spécifique « Sport et Âge d'Or »)

REMISE EN FORME

Tarif : activité gratuite

Lieux : Complexe Léon Cazal (ex ASPPT, route de Vauguières)

Jours : jeudi

Horaires : de 9h30 à 10h30 et de 10h45 à 11h45

MARCHES ET RANDONNÉES

Tarifs : 8 € la journée et 4,50 € la demi-journée.

Lieux, jours, Horaires : voir le dépliant « Sport et Âge d'Or »

NATATION LOISIR

Tarif : 25,50 € par an

Lieux : piscines de l'Agglomération

Jours, Horaires : voir le dépliant spécifique « Sport et Âge d'Or »

AQUAGYM

Tarif : 49 € par an

Lieux : piscines de l'Agglomération

Jours, Horaires : voir le dépliant spécifique « Sport et Âge d'Or »

COURS DE LANGUES**ANGLAIS**

Tarif : gratuit

Lieu : club Luis Mariano club Laure Moulin

Jour : lundi, mardi, jeudi

Horaire : club Luis Mariano (mardi de 10h à 11h30 : 2^e et 3^e année ; jeudis de 10h à 11h30 : débutants) - club Laure Moulin (lundi et jeudi de 10h à 11h30 : perfectionnement - lundi de 14h30 à 16h : initiation)

ESPAGNOL

Tarif : gratuit

Lieu : club Paul Valéry

Jour : mardi, jeudi

Horaire : mardi de 10h à 11h (débutants) - jeudi de 9h à 10h (niveau moyen) - jeudi de 10h15 à 11h15 (conversation)

ITALIEN

Tarif : gratuit

Lieu : club de La Cavalerie

Jour : vendredi

Horaire : 14h à 17h (initiation et perfectionnement)

OCCITAN

Tarif : gratuit (sous réserve)

Lieu : Espace Antonin Balmès

Jour : lundi

Horaire : de 14h à 16h

MUSIQUE/CHANT / DANSE**CHANT GOSPEL**

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an

Lieu : Espace Antonin Balmès

Jour : lundi

Horaire : de 10h à 12h

**BOSSA NOVA**

Tarif : 27 € par trimestre ou 78 € par an

Lieu : Espace Antonin Balmès

Jour : mercredi

Horaire : de 10h à 12h (un mercredi sur deux)

KARAOKÉ

Tarif : gratuit

Lieu : club Barocelli

Jour : vendredi

Horaire : un vendredi par mois

CHORALES

Tarif : gratuit

Lieu : clubs de La Cavalerie club Le Lac

club Aiguelongue

club Barocelli

club Luis Mariano

Jour : lundi, mardi, mercredi, vendredi

Horaire : club de La Cavalerie (mercredi de 14h30 à 17h30) - club le lac (lundi de 15h à 17h) - club Aiguelongue (mardi de 14h à 16h) club Barocelli (mardi de 14h30 à 16h) - club Luis Mariano (vendredi de 14h30 à 16h)

TANGO ARGENTIN

Tarif : 30 €/an

Lieu : club de La Cavalerie

Jour : lundi

Horaire : 14h à 15h30 (débutants) - 15h30 à 17h (confirmés)

**COMMENT DEVENIR ADHÉRENT ?**

Une grande variété d'animations de loisirs, sportives, culturelles est offerte à toute personne retraitée et/ou âgée d'au moins 60 ans, en possession de la carte Âge d'or délivrée gratuitement par le CCAS. Cette carte permet : de participer à toutes les activités proposées sur l'agenda trimestriel (voyages, sorties, conférences, bals...); de s'inscrire aux activités sportives (gymnastique, natation, aquagym, randonnées) en s'acquittant de la carte « Animation Sports » ; de faire partie de l'un des 15 clubs de loisirs, lieux d'activités, d'échanges et de convivialité présents dans tous les quartiers ; de bénéficier des activités spécifiques proposées à l'espace Antonin Balmès ; de prendre part aux Olympiades des retraités et aux repas du nouvel an offerts par la Ville de Montpellier.

Renseignements & inscriptions
Montpellier Solidarité
Quartier Port Marianne
125 place Thémidor
Bureau de l'Âge d'Or
Tel. 04 99 52 77 99

A SAVOIR

Les cartes

Carte Âge d'Or

Avoir 60 ans ou être retraité, ou posséder une carte d'invalidité. Justifier d'un domicile sur la ville ou s'acquitter d'une taxe foncière à Montpellier. Apporter une photo et pièce d'identité

Où l'obtenir : Direction Âge d'Or – 125 place Thermidor (tramway ligne 1, arrêt Port Marianne)
ou dans les 15 clubs de loisirs

• Carte Montpellier-Sports

Avoir la carte Âge d'Or. Apporter un certificat médical certifiant de l'aptitude sportive. Fournir une attestation d'assurance responsabilité civile. Apporter une photo. S'acquitter du prix de la carte : 4,70 euros

Où l'obtenir : Direction Âge d'Or – 125 place Thermidor (tramway ligne 1, arrêt Port Marianne)
ou Service des Sports - 18 av. Frédéric Mistral

• Carte des Maisons Pour Tous

Indispensable pour la pratique des activités organisées en Maisons Pour Tous.

Son coût : 8 euros.

Où l'obtenir : Dans toutes les Maisons pour tous de la ville (Info : Régie des Maisons pour tous : 04 60)

**DANSES LATINES
(Salsa, Chacha)**

Tarif : 30 €/an
Lieu : club Bonnet
Jour : jeudi
Horaire : de 14h30 à 16h

ROCK

Tarif : 30 €/an
Lieu : club Jeanne Galzy
Jour : lundi (un lundi sur deux)
Horaire : 14h30 à 16h

**DANSES DE SALON
(valse, tango, passo...)**

Tarif : 30 €/an
Lieu : club Baroncelli
Jour : lundi (un lundi sur deux)
Horaire : 14h30 à 16h

SÉVILLANE

Tarif : 30 €/an
Lieu : club Laure Moulin
Jour : jeudi
Horaire : 14h à 15h (débutant)
15h à 16h (2^e année)

FLAMENCO

Tarif : 30 €/an
Lieu : club Laure Moulin
Jour : jeudi
Horaire : 16h à 17h (débutant)

BALS

Tarif : gratuit
Lieux et Jours : club Bonnet (mercredi), club de La Cavalerie (mardi), club Jeanne Galzy, Laure Moulin, Lemasson (mardi et vendredi), club Paul Valéry (vendredi)

**EXPRESSION
ARTISTIQUE****ARTS PLASTIQUES**

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an
Lieu : Espace Antonin Balmès
Jour : vendredi
Horaire : de 9h30 à 11h30

DESSIN, AQUARELLE

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an
Lieu : club Lemasson club Luis Mariano
Jour : lundi - mardi
Horaire : club Lemasson (lundi de 9h30 à 11h30) - club Luis Mariano (mardi de 14h30 à 16h30)

**SCULPTURE
/MODELAGE**

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an
Lieu : Espace Antonin Balmès club Laure Moulin club Paul Valéry club Les Aubes club Jaqueline Maillan
Jour : lundi, mardi, jeudi
Horaire : Espace Antonin Balmès (jeudi de 10h à 12h) - club Laure Moulin (lundi

de 14h30 à 16h30) - club Paul Valéry (mardi de 14h30 à 16h30) - club Les Aubes (mardi de 14h à 16h) - club Jaqueline Maillan (lundi de 14h à 16h)

ÉMAUX SUR CUIVRE

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an
Lieu : club Galzy
Jour : jeudi
Horaire : de 14h à 16h

**BRICOLAGE
DÉCORATIF**

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an
Lieu : club Luis Mariano
Jour : vendredi
Horaire : de 14h à 16h

**COMPOSITION
FLORALE**

Tarif : gratuit
Lieu : club Aiguelongue
Jour : vendredi
Horaire : 14h à 16h

CALLIGRAPHIE

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an
Lieu : club Bonnet
Jour : vendredi
Horaire : 13h45 à 15h15

MOSAÏQUE

Tarif : 42 € par trimestre ou 122 € par an
Lieu : club Baroncelli
Jour : mardi
Horaire : 14h à 16h

**PEINTURE
SUR VERRE/FAÏENCE**

Tarif : 10 € par trimestre ou 30 € par an
Lieu : club Vincent Scotto club Jaqueline Maillan club Le Lac

club Aiguelongue
club de La Cavalerie
Jour : lundi - mardi - jeudi
vendredi
Horaires : club Vincent Scotto
(mardi, 14h à 17h) - club Le
Lac (mardi, 14h à 17h)
club Aiguelongue (lundi,
14h à 17h) - club de La
Cavalerie (vendredi, 14h à
17h) club Jacqueline
Maillan (jeudi, 14h à 17h)

PEINTURE SUR SOIE

Tarif : 10 € par trimestre ou
30 € par an (club Vincent Scotto)
gratuit (espace Antonin Balmès)
Lieu : Espace Antonin Bal-
mès - club Vincent Scotto
Jour : mercredi et jeudi
Horaires : club Vincent Scotto
(jeudi, 14h à 17h) - espace
Antonin Balmès (mercredi,
14h à 17h30)

PATCHWORK SUR TISSU/CARTON

Tarif : 10 € par trimestre
ou 30 € par an (club Vincent
Scotto) - gratuit (espace Antonin
Balmès)
Lieu : club Vincent Scotto
espace Antonin Balmès
Jour : mardi et mercredi
Horaires : club Vincent Scotto
(jeudi, 14h à 17h) - espace
Antonin Balmès (mercredi,
14h à 17h30)

COUTURE

Tarif : 10 € par trimestre
ou 30 € par an (club Les Aubes)
gratuit (club Jeanne Galzy)
Lieu : club Jeanne Galzy
club Les Aubes
Jour : lundi et jeudi
Horaires : club Jeanne Galzy
(un lundi après midi sur
deux, de 14h à 17h) - club
Les Aubes (jeudi de 14h
à 16h)

BRODERIE

Tarif : 42 €/trimestre ou
122 €/an
Lieu : Espace Antonin
Balmès
Jour : lundi
Horaires : 14h à 16h

COLLAGE DE « SERVIETTES »

Tarif : 10 € par trimestre
ou 30 € par an
Lieu : club Vincent Scotto
Jour : vendredi
Horaires : 14h à 17h

THÉÂTRE

Tarif : 27 € par trimestre
ou 78 € par an
Lieu :
Espace Antonin Balmès
club Le Lac
Jour : mercredi et vendredi
Horaires : Espace Antonin
Balmès (un mercredi sur
deux de 10h à 12h) - club Le
Lac (vendredi de 14h30 à
16h30)

ÉCRITURE

Tarif : 42 € par trimestre
ou 122 € par an
Lieu : club Docteur Bonnet
Jour : lundi
Horaires : 10h à 12h

ACTIVITÉS CULTURELLES

GOÛTERS LITTÉRAIRES

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Luis Mariano
club Vincent Scotto
Jour et Horaires : Voir Agenda
Vivement

C'EST NOUVEAU !

ATELIERS NOUVEAUX :

Chorale :
club Luis Mariano

Broderie :
club Antonin Balmès

Remise en forme (tonification musculaire) :
complexe Léon Cazal (ex ASPTT, route de Vauguières)

2^e créneau tir à l'arc :
gymnase Ferrari (complexe de la Rauze)

Esthétique :
clubs Bonnet, Luis Mariano, Lemasson

Échanges de savoirs :
club Luis Mariano

Informatique :
club la Cavalerie

INTERVENANTS

• Ils s'en vont !

Des intervenants forts appréciés nous quittent

- Marina Ciano (danses de salon, danses latines, rock) est remplacée par Jean Marc Diez de l'Association Calor Danse

- Sylvia Claret (théâtre) est remplacée par Catherine Boogaert, déjà intervenante sur le club Boulet où elle anime un atelier de parole et d'expression.

- Mireille Pouey (tango argentin) remplacée par René Garcia (association tango panaché)

- Sébastien Hervé (aquagym Antigone) remplacé par Andrew Osman.

• Ils arrivent !

Avec les nouveaux ateliers, l'Âge d'Or accueille de nouveaux visages

- Hélène Ponsy animera un groupe vocal sur le club Luis Mariano (vendredis de 14h30 à 16h30)

- Aline Ferrand proposera un atelier broderie à l'espace Antonin Balmès (lundis de 14h à 16h)

LECTURES - POÉSIE CONTES

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Luis Mariano
Jour : vendredi
Horaire : un vendredi par mois (15h à 16h)

ATELIER LECTURE PAROLE - ÉCRITURE

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Le Lac
Jour : vendredi
Horaire : de 10h à 12h



club Luis Mariano
club Aiguelongue
club Baroncelli
Jour et Horaire : voir Agenda

CONFÉRENCES

Tarif : Activité gratuite
Lieu : dans tous les clubs
Jour et Horaire : voir Agenda

JEUX DE SOCIÉTÉ

Bridge TAROT

Tarif : activité gratuite
Lieu : Espace Antonin Balmès
Jour : jeudi
Horaire : de 14h à 17h

BRIDGE

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Vincent Scotto
Jour : lundi et vendredi
Horaire : club Vincent Scotto (lundi et vendredi de 14h à 17h)

SCRABBLE

Tarif : activité gratuite
Lieu : Espace Antonin Balmès
club Lemasson
club Jaqueline Maillan
club Le Lac
Jour : mardi et jeudi
Horaire : Espace Antonin Balmès (mardi de 14h à 17h) - club Lemasson (jeudi de 14h à 16h30) - club Jaqueline Maillan (mardi de 14h à 17h) - club Le Lac (jeudi de 14h à 17h)

CHIFFRES ET LETTRES

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Lemasson
Jour : mercredi
Horaire : de 14h à 16h

BELOTE, TAROT, DOMINOS, LOTO ET RUMMIKUB

Tarif : activité gratuite
Lieu : dans tous les clubs

VOYAGES

Sorties à la journée, à la demi-journée, séjours...
(Voir l'Agenda)

DIVERS

ATELIER MÉMOIRE

Tarif : activité gratuite
10 séances
Lieu : Maison des Seniors
Jour : mercredi
Horaire : de 14h à 16h30

INFORMATIQUE

Tarif : 15 € pour 8 heures d'utilisation en accès libre.
cours : 20 € pour 4 heures ou 40 € pour 8 heures
Lieu : club la Cavalerie
Jour : du lundi au vendredi
Horaire : accès libre (de 10h à 12h) - cours (de 14h à 16h)

ATELIER ESTHÉTIQUE

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Bonnet
club Luis Mariano
club Lemasson
Jour et Horaire : renseignements clubs

ÉCHANGE DE SAVOIR

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Luis Mariano
Jour : mardi et vendredi
Horaire : de 14h à 17h



ATELIER D'EXPRESSION

Tarif : gratuit
Lieu : club Paul Boulet
Jour : mardi
Horaire : 14h à 16h

FILMS DÉCOUVERTE

Tarif : activité gratuite
Lieu : club Paul Boulet

ZOOM SUR LES NOUVEAUX

BRODEUSE...

Formée aux prestigieuses adresses de la Maison Mallebranche et de l'école Lesage, Aline Ferrand encadre à partir de la rentrée, un nouvel atelier de broderie. Ex-hôtesse de l'air, revenue à ses premières amours – « *la broderie c'est quelque chose que je fais depuis toute petite et que j'aime beaucoup* » – Aline Ferrand souhaite partager sa passion et ses connaissances. « *Maintenir aussi des traditions qui sont malheureusement en train de disparaître...* » L'atelier broderie proposée à l'Âge d'Or, concernera exclusivement la « *broderie blanche et la peinture à l'aiguille, ainsi que la broderie au ruban* ». Techniques à dissocier de la pratique « *haute couture* » qui utilise des matériaux divers comme les paillettes, les perles, les plumes, les fils d'or et d'argent, etc. « *Je souhaite proposer aux adhérents un temps pour faire de belles choses et se faire plaisir tout simplement...* » Les qualités nécessaires ? « *Avoir envie* ». L'idée n'est pas de faire du débit, mais bien d'apprendre, acquérir certaines techniques... « *Ce que j'ai appris, j'ai besoin de le rendre. C'est important de transmettre aux autres ce qu'on nous a transmis à nous...* »



Atelier Broderie – espace Balmès (voir p.7)

DANSES POUR TOUS

Formé au CREPS de Montpellier, Jean Marc Diez enseigne les rythmes latins depuis plus de 8 ans au sein de son association Calor Danse. Il assure à partir de la rentrée, une activité « *danse* » au sein des clubs de l'Âge d'Or. S'il maîtrise parfaitement tous les styles de danses loisirs : rock, valse, tango, passo... sa passion véritable l'a conduit à circuler longuement entre le Brésil et Cuba pour se perfectionner en salsa et samba... « *Plus que la technique, ce qui caractérise mon enseignement c'est l'énergie de groupe, l'attention portée à l'échange et au plaisir. Il est très important, pour un bon apprentissage, de créer les conditions de détente nécessaires* ». L'enseignement, régulier et sérieux, s'attarde donc moins sur la gestuelle, que sur la nécessité de permettre une autonomie rapide pour permettre aux gens de danser. « *Il est important de favoriser les échanges, faire en sorte que chacun puisse exprimer son ressenti, pour avancer ensemble, aller à la découverte de soi et de l'autre* ». Et une fois les techniques de base acquises, l'essentiel est de danser et danser encore... « *J'encourage toujours les gens à danser le plus possible. Bien sûr tout dépend de la motivation de chacun. Mais la pratique en cours ne suffit pas...* » Avec toutes les occasions offertes par les créneaux « *dansants* » de l'Âge d'Or, les progrès devraient être fulgurants...



Atelier danse – club Bonnet, Baroncelli, Galzy (voir p. 5&6)

TIC

MSN, blogs, Webcam, chat, photo numérique... Le langage des nouvelles Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) a bien souvent de quoi déconcerter le profane. Les ateliers d'initiation organisés au Centre Ressources Informatiques du club de La Cavalerie, permettent de combler un peu le vide. Mais dans le cadre de sa formation, le jeune Philippe Pelerin s'est intéressé aux rapports entre le public des seniors et ces nouveaux outils du quotidien, avec un constat alarmant : « *Malgré les efforts, la barrière psychologique demeure vis-à-vis des nouvelles technologies... Et c'est toute une génération qui est en train de passer à côté d'avancées évidentes...* » Depuis plusieurs mois, sous la tutelle de Michel Larrieu, responsable du Centre Ressources Informatique, Philippe Pelerin a donc multiplié les ateliers pour parvenir à familiariser le public des clubs de l'Âge d'Or avec ces nouvelles technolo-



gies... Le dernier en date consistait à réaliser un petit documentaire vidéo de la Journée des Olympiades. « *Un travail pris en charge par les adhérents du club, qui ont réalisé un travail photographique et vidéo qui servira à la réalisation d'un DVD prévu pour la rentrée 2006* ». Objectif de l'opération ? « *Tourner ensuite dans les clubs, pour présenter le reportage et permettre un échange entre adhérents afin de montrer que la maîtrise de ces techniques est accessible à tous* ». Et qu'il n'y a pas d'âge pour se mettre à la page... D'autant plus que le Centre Ressources Informatique, organise cette rentrée de nouveaux ateliers...

Atelier informatique – club La Cavalerie (voir p.8)



QUAND L'ÂGE D'OR VOYAGE...

Chaque année, l'Âge d'Or propose à ses adhérents plusieurs destinations, en France mais aussi à l'étranger. L'occasion de voyager entre amis, en confiance et en toute sécurité...

RECETTE DU VOYAGEUR

Prendre deux décilitres de patience, une tasse de bonté, quatre cuillères de bonne volonté, une pincée d'espoir et une dose de bonne foi. Ajoutez deux poignées de tolérance, un paquet de prudence et quelques brins de sympathie. Une poignée de cette petite plante rare qu'on nomme humilité. Et une grande mesure de bonne humeur. Assaisonnez de beaucoup de bons sens, laissez mijoter et vous obtiendrez une bonne journée.

Crète, Malte, Italie, Maroc, Andalousie, Canada, Mexique, Guadeloupe... Destinations de rêves mais itinéraires bien réels proposés sur le carnet de voyage de l'Âge d'Or. « Chaque année, nous proposons quatre grands voyages. Deux en France et deux destinations plus lointaines... », souligne Michèle Gibert, responsable de la Direction de l'Âge d'Or. « Il n'est pas question de nous substituer à une agence de voyage. Mais simplement de proposer des formules touristiques qui permettent aux adhérents des clubs de voyager en confiance, non pas de manière anonyme, mais entourés d'un groupe d'amis, avec une accompagnatrice identifiée qui est là pour veiller au bon déroulement de tout le programme... »

UNE EXIGENCE DE QUALITÉ

« On peut avoir envie de voyager sans vouloir partir trop à l'aventure... » explique Brigitte Cremades, hôtesse de l'Âge d'Or et accompagnatrice de groupe. « Avec l'Âge d'Or, on se connaît tous, on forme déjà un groupe. C'est un petit plus. Et en tant qu'accompagnatrice, nous sommes là pour leur prêter assistance, veiller à ce que tout se déroule au mieux... » Le choix du programme de voyage est réalisé selon des critères rigoureux. Les prestations doivent correspondre aux exigences d'un public de seniors, port de bagages, hôtels avec ascenseurs, etc. « Nous veillons ensuite sur place que le programme, tel qu'il a été défini par l'agence, soit respecté à la

lettre », précise Raymonde Labatut, hôtesse de l'Âge d'Or, qui a accompagné récemment un groupe en Irlande. « Le deuxième jour, il s'est avéré que notre guide ne correspondait pas à nos attentes, Nous avons demandé son remplacement. » Cet accompagnement, doublé par la présence d'un représentant de l'agence, permet un encadrement de groupe optimum. « En cas de problème de santé, c'est l'agent de l'Âge d'Or qui accompagne personnellement l'adhérent du club le temps de sa prise en charge médicale. Mais pendant ce temps, le groupe continue de fonctionner et de suivre le programme ».

LES GENTILLES ACCOMPAGNATRICES !

« Nous avons aussi un rôle de lien et d'animation », poursuit Raymonde Labatut. « S'il y a des adhérents qui viennent pour la première fois, nous sommes là pour les aider à s'intégrer dans le groupe, faire connaissance. Le temps des repas, des



animations en soirées, est propice pour les échanges... » Bien que limité à 40 personnes, l'encadrement d'un groupe représente une réelle responsabilité et une source de "stress" pour les accompagnatrices. « Certains adhérents ont parfois tendance à oublier que les accompagnatrices de l'Âge d'Or sont avant tout des agents administratifs qui se sont formés sur le tas », tient à souligner Michèle Gibert. « Elles sont là pour la relation au quotidien avec les adhérents et faire le lien avec l'Agence. Vérifier que le programme est respecté. Formées aux gestes de premier secours, elles peuvent intervenir rapidement. Mais au-delà de ces tâches bien définies, leur rôle ne peut s'étendre qu'en fonction de leur bonne volonté. »

POUR QUE CHACUN SOIT SATISFAIT !

Le meilleur indice de satisfaction de ces voyages, est la rapidité avec laquelle partent les places dès l'ouverture de la location. « C'est extraordinaire de voir qu'il y a des personnes qui nous font confiance, au point de réserver leur place avant même de connaître le détail du voyage. " Puisque c'est avec vous, je pars ! " Cette confiance nous fait plaisir, et nous oblige à faire au mieux pour que chacun soit satisfait », note Brigitte Crémadès. Un suivi est réalisé par l'Âge d'Or à l'issue de chaque voyage, avec un formulaire à remplir. « Nous prenons en compte toutes les remarques, les critiques sur le déroulement du voyage. Dans certains cas, où les prestations ne correspondaient pas à ce qui avait été laissé entendre, certains adhérents ont réussi à obtenir un dédommagement... » Ce suivi est important, dans la mesure où l'Âge d'Or demande aussi aux participants de formuler leurs envies de voyages, et qu'il en est tenu compte au moment de l'élaboration des programmes... ■



A SAVOIR

Budget voyage

Un voyage représente toujours un investissement certain. L'Âge d'Or essaie néanmoins de proposer des destinations aux meilleurs prix. Le tarif proposé correspond au prix de revient du voyage. Aucun bénéfice n'est réalisé par le service. Le choix de l'agence organisatrice du voyage est réalisé selon des critères rigoureux par procédure d'appel d'offres, tenant compte du tarif mais aussi de la qualité des prestations. Avec des critères adaptés aux exigences des seniors. Le prix du voyage comprend tous les services, guide, ports de bagages, etc.

Les adhérents qui le souhaitent peuvent échelonner leur paiement en plusieurs fois.



MÉMOS VOYAGES

De 2000 à 2005 : 1 335 personnes ont participé aux 32 voyages organisés en France (Pays Basque, Vercors, Périgord Savoie, Alsace, Corse...) mais aussi à l'étranger (États-Unis, Russie, Crète, Sardaigne, Baléares, Autriche, Canaries, Italie...).

Environ 6 voyages par an, avec une moyenne annuelle de 220 participants. La durée des voyages s'échelonne entre 2 et 12 jours...

PLUS D'INFOS

EN BREF

COMITÉ DES FÊTES

Deux rendez-vous proposés par le Comité des Fêtes pour la rentrée 2006 : le 19 septembre, à 14h30, à la Salle des Rencontres de Montpellier, Céline Dubois interprète " Le Show d'une Vie " : un hommage à la Dalida. Parcours chronologique, suivi de Jacques Chanson, auteur-compositeur et interprète. Le 21 novembre, Lætitia Jollet et Antoine Garrido, vous proposent " Avec Brel ". Un du chant/piano pour un survol de la Chanson Française : Ferré, Brassens, Barbara, Piaf...

Info : 04 67 58 65 34

CONCORDA LOGIS

L'association Concorda Logis propose aux seniors retraités, possédant une chambre disponible, de la mettre à disposition d'un étudiant en recherche de logement. Une présence à votre domicile, de menus services rendus (jardinage, courses...) Le tout pour un loyer modéré.

Concorda Logis : 04 67 54 95 12
www.concordalogis.com

CONCOURS DE PEINTURE ET SCULPTURES 2006

Bravo aux lauréats du 11^e concours de peinture et de la 2^e édition du concours de sculpture de l'Âge d'Or. Cinquante adhérents, inscrits dans les ateliers mis en place dans les clubs, ont participé à cette nouvelle édition. Le jury était composé de professeur des ateliers ainsi que de Véronique Lhomme (artiste peintre).

Concours de Peinture :

1^{er} prix – Nicole Dedieu

2^e prix – Jean Pigassou

3^e prix – Gigi Diguierher et Albert Sicot.

Concours de sculpture :

1^{er} prix – Jacqueline Slakmon

2^e prix – Claude Peltier ;

3^e prix – Evelyne Methivier

AGENDA DES CHORALES

CHORALE LOU CLAPAS

OCTOBRE

05 - CLUB PAUL VALÉRY - 14H30

19 - CLUB LA CAVALERIE - 14H30

26 - CENTRE ANTONIN BALMÈS - 15H

NOVEMBRE

09 - CLUB PAUL BOULET - 14H30

16 - RÉSIDENCE PIGAU - 15H

23 - CLUB VINCENT SCOTTO - 14H30

DÉCEMBRE

07 - RÉSIDENCE LES CORALIES - 15H

14 - RÉSIDENCE MA MAISON - 15H

21 - CLUB PRIVÉ LES DYNAMIQUES - 15H

GROUPE DE VARIÉTÉS (ex chorale Age d'Or)

OCTOBRE

05 - RÉSIDENCE SAINT CÔME

12 - CLUB PAUL BOULET

26 - RÉSIDENCE PÉRIDIER

NOVEMBRE

02 - RÉSIDENCE MA MAISON

16 - RÉSIDENCE LES AIGUILLÈRES

23 - RÉSIDENCE LA ROSERAIE

30 - CLUB PAUL VALÉRY

DÉCEMBRE

7 - CLUB LES AUBES

21 - RÉSIDENCE BÉLORGEOT



DU NOUVEAU AUX ATELIERS INFORMATIQUES

Les ateliers informatiques mis en place au Centre de Ressources du club de La Cavalerie reprennent à partir du 4 septembre. Les cours sont dispensés tous les après-midis de 14h à 16h (sauf le mercredi). Le centre fonctionne en libre-service le matin de 10h à 12h. Chacun peut ainsi s'initier aux technologies nouvelles, Windows XP, Word et Internet sous la tutelle de l'animateur, Michel Larrivou. Parmi les nouveautés de la rentrée, un atelier de traitement de l'image numérique organisé dès le mois d'octobre, le mercredi de 14h à 16h. Et une découverte de " messenger " logiciel de conversation à distance mêlant image et son...

Pour en savoir plus :

Centre de ressource informatique

Club de La Cavalerie

28, rue de la cavalerie

Tél. 04 67 79 09 81

LES PUCES DE L'ÂGE D'OR

Depuis cinq ans l'Âge d'or organise ses " puces " : vente d'objets anciens, insolites, oubliés mais cependant pour certains d'entre eux, confectionnés avec minutie, attention et amour au profit du Téléthon. Livres, disques, bibelots, outils, appareils ménagers (qui fonctionnent), bijoux, vêtements (propre et en bon état),



rideaux, napperons, coussins... mais aussi réalisations personnelles (patchwork, sculpture et autres) sont donnés gracieusement par les retraités de la Ville. Cette année encore, l'Âge d'or lance un appel aux personnes qui veulent s'associer à cette action pour nous aider à fournir le stand des puces.

Les objets devront être déposés du 2 au 26 Novembre 2006 :

• dans les 15 clubs Âge d'or de quartier (tel : 04 67 14 57 88)

• au service de l'Âge d'or CCAS (Tél. 04 67 14 57 99)

ou directement sur le stand Âge d'or les jours de la manifestation

La Direction Âge d'or du CCAS vous adresse un grand merci d'avance pour votre participation.

LE CLUB BARONCELLI DANS SES NOUVEAUX LOCAUX !

Le club Baroncelli déménage de quelques mètres. Il cède la place à la Mairie Annexe et intègre les locaux de la Maison pour tous Léo Lagrange... 3 questions à Christiane Fourteau, Adjointe au Maire.

Qu'est-ce qui a motivé ce déménagement ?

La Mairie Annexe de la Mosson était installée à l'étage de l'ancienne demeure Baroncelli. Dépourvu d'ascenseur, le bâtiment n'était pas accessible à tous les publics. Lorsque Madame le Maire, m'a demandé mon avis sur la possibilité de récupérer le rez-de-chaussée occupé par le club du troisième âge, ma position a été d'aller dans le sens de la solution qui simplifiait le quotidien des habitants. Ce n'est pas sans regret que nous quittons un bâtiment auquel nous sommes très attachés. Mais après tout, il ne s'agit de déménager que de quelques mètres, pour intégrer des locaux qui vont être refaits tout à neuf. Avec en plus l'avantage de pouvoir établir des liens plus étroits avec toutes les activités de la Maison pour tous Léo Lagrange que nous rejoignons et aussi avec le centre social CAF qui nous a hébergés durant le mois de juillet.

Quelle a été la nature des travaux engagés ?

Comme dans tous les clubs, nous avons souhaité l'aménagement d'une grande salle polyvalente, avec une cloison mobile pour permettre l'organisation en deux espaces distincts. Nous aménageons également une cuisine, indispensable pour les goûters de l'après midi et les repas organisés par les hôtesses. Sans oublier des bureaux pour le personnel ou des toilettes accessibles aux handicapés. Situé en rez-de-chaussée de la Maison pour tous Léo Lagrange, le club bénéficiera d'une entrée indépendante. Ce qui lui permettra de fonctionner même en dehors des jours et heures d'ouverture de la Maison pour tous.

Quel développement imaginez-vous pour le club ?

Ce développement va s'imposer de fait, par la nouvelle proximité du club avec les équipements existants : la Maison pour tous, mais aussi la crèche, le centre social... Les passerelles avec la Maison pour tous sont évidentes. Les adhérents du club pourront rencontrer naturellement toutes les personnes qui viennent aux ateliers des Maisons pour tous. Et vice versa... On peut imaginer et espérer qu'il y



ait des échanges nombreux. La Maison pour tous Léo Lagrange mène un travail régulier auprès des adolescents. Elle héberge également un centre de loisirs. J'espère qu'à l'exemple de ce qui est mené à la Maison pour tous Georges Brassens, où les rapports entre les adhérents du club du Lac et ceux de la Maison pour tous sont excellents, il puisse y avoir là aussi, de nombreux échanges intergénérationnels... ■

A SAVOIR

Une nouvelle Mairie Annexe

Le déménagement du club Baroncelli libère tout le rez-de-chaussée du bâtiment qui accueillera la Mairie Annexe réhabilitée. Un accueil polyvalent permettra un meilleur service aux habitants du quartier. Sur les 150 m² ainsi dégagés, chacun pourra effectuer les démarches indispensables, sans avoir à se déplacer au centre-ville, comme par le passé. Une volonté de la Municipalité, pour offrir aux habitants une plus grande proximité sur le quartier. La possibilité d'une permanence du CCAS pour traiter sur place des problèmes sociaux est actuellement à l'étude.

ÉCRITS DE VIE

Extraits choisis des trois premiers prix au 4^e concours d'écriture de l'Âge d'Or

MON VILLAGE HAPPÉ PEU À PEU PAR LA VILLE *Irène Malavialle (1^{er} prix)*

La guimbarde de mon père s'essouffait à la montée du Terral. Nous allions à Montpellier, cette ville qui n'était pas encore ma ville, peuplée de riches habitants. Des bourgeois, disait ma mère. « La haute bourgeoisie » ajoutait-elle en énumérant des noms.

Le village, kilomètre par kilomètre, a peu à peu rejoint la ville. Il s'est éloigné de la mairie et de l'église. On a arraché les vignes qui le ceinturaient et donnaient les couleurs des saisons. C'est ainsi que Montpellier est devenue « ma ville ». Séductrice, ensoleillée, rieuse, érudite, sportive, elle attire nantis et miséreux... Quand le soleil décline sur les rues désertées, la ville s'endort. Les magasins, las d'avoir offert tout le jour leurs sourires, se bardent de fer. Aux portes de la gare, Montpellier se bouscule et s'en va à Paris. Et en revient bien vite, fatiguée de la Ville Lumière. Appuyée contre un mur, la femme échevelée, aux yeux d'alcool et l'homme qui titube, caressent un chien galeux. Montpellier passe, aveugle ou blasée. Bientôt, à la nuit apparue, ma ville scintillera : lumières des néons et jets d'eau des fontaines. Les jeunes danseront dans les boîtes de nuit et puis ils s'aimeront. Moi, derrière ma vitre, regardant les étoiles, je verrai ma jeunesse, ce temps où, pour avoir le droit d'aimer, il fallait l'accord du maire et du curé.

Je n'entends plus dans les rues de ma ville l'accent chantant du Languedoc. « Ils parlent parisien », dirait ma mère... ■

MONTPELLIER MA DOUCE

Françoise Galon-Puech (2^e prix)

Sous des cieux azurés propices à l'amour,
Magie, où « L'Œuf » de pierre embellissait ma ville :
De fameux monuments, une superbe tour,
De grands espaces verts où je jouais tranquille.

Tu me vis naître un soir, dans ton nid enchanteur,
Et ta sève déjà circulait dans mes veines,
Me mettant à l'abri dans l'écrin de ton cœur
Garni de beaux jardins qui repoussaient les peines.

Tout en moi rayonnait : du Peyrou la beauté,
De notre Roi Soleil à cheval la statue,
Le château d'eau plaisant, son bassin, la fierté
D'un grand cygne opalin splendide sous la nue... ■

MONTPELLIER MA VILLE, HIER, AUJOURD'HUI ET DEMAIN

Andrée Digoïn-Coste (3^e prix)

DEMAIN...

Le futur, c'est demain, l'événement à naître,
C'est aussi l'avenir que l'on voudrait connaître,
Les choses de la vie ont un sens naturel,
Peut-être bien le don, d'aimer le culturel.

La tristesse m'entoure à cause de mon âge,
Car je ne verrai pas son tout prochain visage,
Un rayon de soleil brillera dans le ciel
Et Montpellier, ma ville, aura ce goût de miel. ■



FLASH-BACK



14 juin
Portrait de groupe avec coupes... Autour de Christiane Fourteau, adjointe au maire, Marlène Caste, adjointe au maire, et Rose-marie Dauverchain, conseillère municipale, les heureux gagnants des Olympiades de l'Age d'Or 2006.



12 juin
Les adhérents du club Luis Mariano et les enfants de la ludothèque en fête dans le parc de la Guirlande



14 mars
Sortie a Cruas



avril
La Chorale Bossa Nova de l'Age d'Or fête un carnaval brésilien avec les petits élèves de l'école Gambetta



12 avril
Quines ou cartons pleins... Les enfantl'Agés du club de l'Aiguelonge et de la Maison pour tous Albert Dubout



24 mai
Toutes générations confondues... Pour la fête du conte, dans le quartier Pompignane/Les Aubes

Montpellier Solidarité

ESPACE EXPOSITION

Un lieu ouvert aux artistes, un programme d'expositions temporaires, une vitrine de la création d'ici et d'aujourd'hui... Peintures, sculptures, art floral, photographie, bijoux...

Découvrez l'exposition de Montpellier Solidarité :

CCAS - Hall d'accueil.

CALENDRIER DES EXPOSITIONS

• Septembre

Monique Martineau

Huiles et Pastels

• Octobre

Samuel Bardeur

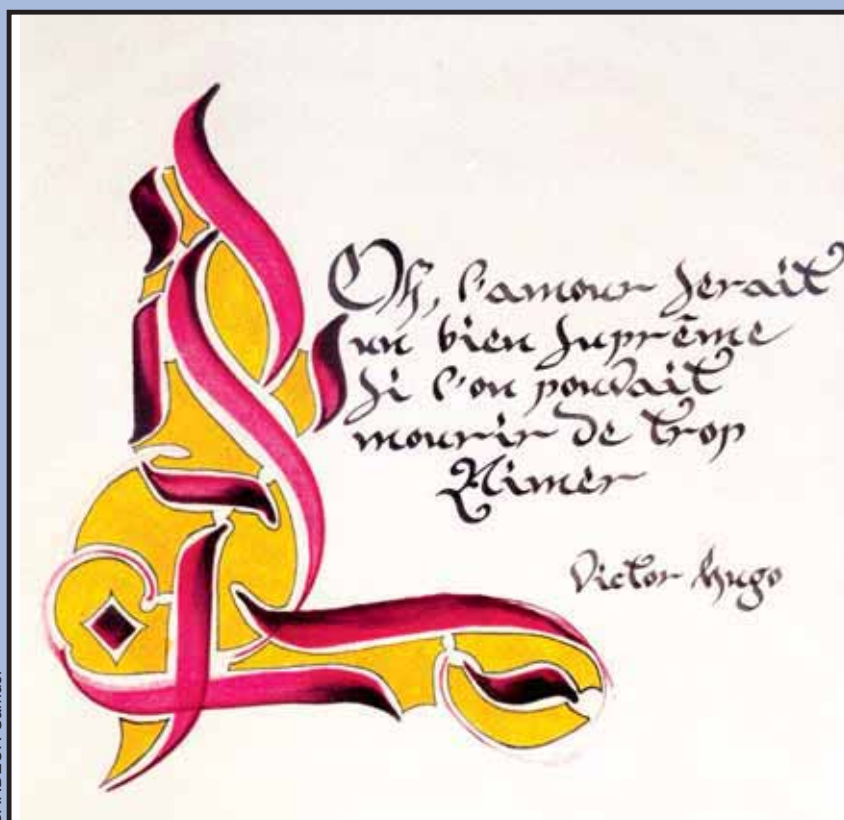
Caligraphie

• Novembre

Buzo

Huiles et acryliques sur toile

Remerciements à Elisabeth Decosse qui gère, tout au long de l'année, les expositions des 2 halls du CCAS



BARDEUR Samuel



BUZO



CONTAMIN Georgette



MARTINEAU Monique

CCAS - 125, place Thermidor
(tramway Port Marianne)
Tél. 04 99 52 77 99