

1^{er} semestre 2026



Une ville
active
avec les
seniors

Édito

Parce que bien vieillir c'est aussi rester actif, la Ville de Stains accompagne les séniors en proposant chaque année une programmation riche et accessible à toutes et tous.

Ce premier trimestre 2026 s'ouvre sous le signe de la découverte avec notamment des sorties culturelles, des spectacles, des ateliers bien-être et des temps festifs. Chaque activité est pensée pour favoriser le lien social et la convivialité.

Nous espérons que cette nouvelle programmation saura susciter votre enthousiasme et vous offrir de beaux moments de rencontres, d'échanges et de partage.

Au plaisir de vous retrouver nombreuses et nombreux lors de ces temps forts.

Azzédine TAÏBI

Maire de Stains,
conseiller départemental

Zaiha NEDJAR

Adjointe au maire de
Stains déléguée à
l'Action sociale et aux
Seniors

Alfred ROCHEFORT

Conseiller délégué à
l'animation et à la vie
sociale des Seniors

les sorties

Le 15 JANVIER 2026

Départ à 14h - Retour 17h15

À l'arrêt de bus devant Gifi

Visite de la Basilique de Saint-Denis

Parcours découverte de la basilique cathédrale

PRÉINSCRIPTION le 12 janvier

à 14h30 à la résidence

40 places + 2 accompagnateurs

Tarif : 2 €



© D.R.

Le 20 FÉVRIER

Départ à 13h - Retour 18h

Visite guidée Opéra Garnier "Intermezzo au Palais Garnier"

PRÉINSCRIPTION le 27 janvier

à 14h30 à la résidence

40 places + 2 accompagnateurs



© D.R.

Le 10 mars

Départ à 19h - Retour 23h

Expérience immersive nocturne "Aura invalides"

Il s'agit d'un spectacle multimédia au dôme des invalides, mêlant musique d'orchestre et projections lumineuses, offrant une redécouverte du patrimoine historique.

INSCRIPTION les 20 et 27

février à 14h à la résidence

50 places



les sorties

découvertes

Février *Le Temps des cerises* •

Mars *Defilé nouvel an chinois*

• **Avril** *la campagne à Paris* •

Mai *Bords de Seine* • **Juin** *la Coulée verte* •

Pour toutes ces sorties rendez vous à 13h métro Saint-Denis Université sauf nouvel an chinois rdv à 10h - Tarif : 5 €

INSCRIPTION au
06 65 36 71 52

le 5 MAI

Visite de la Piscine musée à Roubaix

les *grands* évènements

Le Bal de printemps le 3 avril • Le banquet • La Guinguette le 20 juin •

Le 3 AVRIL

De 14h30 à 18h30

Le Bal de printemps à la MTL Olivier-Abdérade

PRÉINSCRIPTION

jusqu'au **30 mars**

les *temps* forts...

Du 1^{er} au 30 MARS

Nous vous proposerons une programmation autour de Mars bleu, mois consacré à la prévention, sensibilisation et au dépistage du cancer colorectal. (programmation en cours de définition)

Le 5 MARS

À 14h à la résidence

Quizz de prévention et de sensibilisation au cancer

Avec la participation du Centre municipal de santé, à la résidence.

Le 25 MARS

À 14h à la résidence

Loto intergénérationnel

Avec la participation du Centre de jeunesse Mumia Abu-Jamal.

les *spectacles*

Le 17 avril

À 14h spectacle, à L' Espace Paul-Éluard

Desperate Mamies

INSCRIPTION

Attention, places limités !

Les jeudis cinéma

À l'Espace Paul-Éluard

Les jeudis séances à 14h - le 12/02, 19/03, 23/04, 28/05 et 18/06.

Tarif : 2,50 €

les *animations*

Jeux de société

À la résidence Salvador-Allende

Les jeudis de 14h à 16h

Atelier créatif

Les ateliers créatifs se dérouleront tous les mercredis après-midi de 14h à 16h

Dans une ambiance conviviale, animé par une personne passionnée, nous vous proposons des activités utilisant plusieurs techniques de création.



© Freepik

Atelier mémoire

À compter de mars

La Prévention retraite Île-de-France propose Mémo +, un stage mémoire animé exclusivement par des neuropsychologues formés à l'évaluation et à la stimulation cognitive.

Plus qu'un simple atelier mémoire, Mémo + propose différents niveaux de progression ainsi que des moyens mnémotechniques pour travailler et améliorer sa mémoire. Tout cela dans un cadre convivial et stimulant.

Cet atelier se déroulera tous les vendredis du 1^{er} mars au 31 décembre 2026 de 14h à 16h

Nombre de places :
15 maximum

Atelier numérique tablette/smartphone

Les ateliers numériques se dérouleront de 10h30 à 12h

- D'une durée de 1h30, les séances sont adaptées à votre niveau et animées par un professionnel.
- Les premières séances vous familiariseront avec la tablette numérique et/ou le smartphone, pour maîtriser son utilisation.
- Les séances suivantes seront dédiées à la navigation sur internet, à la communication.

Nombre de places : 10 maximum

INSCRIPTIONS à la résidence

Tél. : **01 49 71 82 09**



Activités sportives

À compter du 1^{er} février

Gymnastique : les mardis de 14h à 15h à la Résidence Salvador-Allende

INSCRIPTIONS à la résidence
Tél. : **01 49 71 82 09**

Chorale

**Tous les jeudis de 14h à 16h
À l'École municipale de musique et de danse**

INSCRIPTIONS à la résidence
Tél. : **01 49 71 82 09**

Venez partager avec d'autres, la passion du chant chorale! Pour cela, nul besoin de connaître la musique. Elle sera dirigée par un chef de chœur.



les séjours

Proposition d'un séjour en préparation. Rapprochez-vous de la résidence si vous êtes intéressé.

Date à définir



ÉCOLE MUNICIPALE DE MUSIQUE ET DE DANSE

Rue Roger Salengro - Stains -
Bus : 150 - 252 - 255 arrêt Le
Globe

RÉSIDENCE SALVADOR-ALLENDE

14, rue Salvador-Allende
▪ Stains - Bus : 150 - 153 - 252 -
250 arrêt Croix Blanche
01 49 71 82 09

MAISON DU TEMPS LIBRE OLIVIER-ABDÉRIDE

30, 34 avenue George-Sand -
Stains - Bus : 253 arrêt Mandela

ESPACE PAUL-ÉLUARD

Place Marcel-Pointet - Stains -
Bus : 150 - 255 arrêt François-Bé-
gué - 253 arrêt Marcel-Pointet

INFOS PRATIQUES

Les activités sont ouvertes à tous les seniors stanois, toutefois, pour y participer, la carte séniors est nécessaire. Pour l'obtenir, merci de vous rapprocher du secteur Seniors. Enfin, n'hésitez pas à consulter le *Stains Actu*, les informations vous y seront communiquées avant chaque manifestation.