

NEWSLETTER N°5

25 Février 2024

Lundi 26 Février, reprise des cours. Le planning Hebdomadaire n'a pas changé. ci-joint.



Mardi 27 Février, ouverture de la Brocante Permanente.

Tous les box sont remplis... ils n'attendent que vous pour chiner et acheter

Samedi 2 MARS : Pas de stage, mais venez nombreux pour nos Assemblées

Pour les NON Adhérents qui apprécient notre club, vous trouverez ci-jointe

la CONVOCATION. Vous y serez bien accueillis... **Vous pouvez également faire remonter vos suggestions d'amélioration Pour le club.**

Attention : les Non Adhérents n'ont pas à signer les feuilles d'émargement.

Mercredi 6 Mars : Les Associations UFOLEP Val d'Oise et Ex-Aequo, nouveau Partenaire de REMICOPHYS, dans le cadre de la Maison Sport et Santé : cours de gym sur ordonnance ; ont l'honneur de vous inviter à participer à la **Journée internationale des droits des femmes.** Elles organisent un événement « captivant » le 6 mars 2024 à Cergy. Un itinéraire mettant en avant des points significatifs liés aux femmes de Cergy. Vous **trouvez un flyer à communiquer dans vos réseaux.**



Jeudi 7 Mars : Spectacle « Les grandes amoureuses ».

Un spectacle est organisé par la ville de Cergy dans le cadre de la Journée Internationale des droits des Femmes ; mais aussi Seniors. Il s'appelle « Les Grandes Amoureuses ». Il aura lieu à **17h30 à la Maison de quartier des Linandes.** L'entrée est libre et la représentation dure 1h (+30mn de débat).

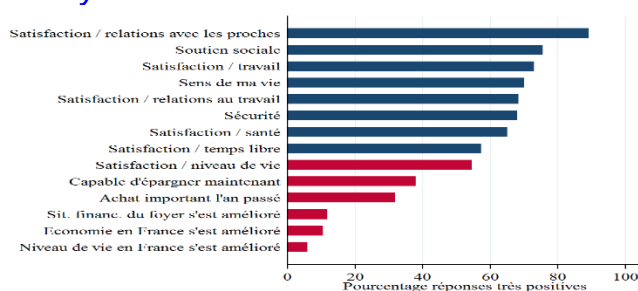
Avez-vous répondu à l'Enquête départementale sur le Bienvieillir ?

« La participation de tous les acteurs et des personnes concernées est un élément clé pour la réussite des actions à venir et de leur adéquation aux besoins réels.

Dans cette optique, vous êtes invités à contribuer à cette enquête.

• **Enquête par questionnaire** : ci-joint le lien pour ce questionnaire en ligne aux seniors vivant à domicile. **Ce lien est à copier dans la barre de recherche des sites sur votre ordinateur**

<https://www.sphinxonline.com/surveyserver/s/elianeconseil/BienvieillirdansleValdOise1/questionnaire.htm>



Vous avez aussi la possibilité de contribuer et d'exprimer votre avis et vos besoins.

• **Groupes d'expression** : Conseils des aînés, Clubs des anciens, Associations de retraités : vous souhaitez-vous exprimer sur vos besoins et préoccupations, l'accès aux informations et ressources l'habitat sénior, ... **contact** : brigitte.schofer@valdoise.fr



STAGES DANS LES ENTREPRISES pour nos jeunes secondes

Un petit rappel pour nous fournir des adresses d'entreprise qui acceptent des étudiants de seconde pour leur stage de la 3ème semaine de JUIN 2024

Au sujet des stages pour jeunes étudiants en seconde notamment :

Les jeunes de SECONDE recherchent des entreprises pour réaliser leur stage du 17 Juin au 28 JUIN. Si vous avez la chance de travailler dans une entreprise qui accepte les stagiaires.

Merci de nous en faire part, je vous mettrai en relation.

- on recherche une maison d'édition, voire une bibliothèque, ou un grand magasin de livres.
- un autre jeune recherche dans n'importe quel corps de métier sauf la santé et le commerce.
- d'autres ne savent pas .../...Merci de poser la question dans vos entreprises : « Acceptent-ils de prendre des stagiaires mi-juin ? »

N'hésitez pas à faire part de vos POSSIBILITÉS : partage et solidarité

FETES des Maisons de Quartier de Fin d'année

Durant le mois de Juin, les fêtes de fin d'année au cours desquelles REMICOPHYS peut se faire connaître, Aussi vos animateurs vont vous proposer de présenter leurs activités. Nous espérons que vous serez nombreux à participer pour y engager notre club.

Le 8 JUIN avec la Maison de Quartier des TOULEUSES

Le 15 JUIN avec celle des LINANDES

Le 22 JUIN à CERGY LE HAUT

Le 29 JUIN avec le 12 : l'HORLOGE (à confirmer).

Des coordonnées d'OSTEOPATHE :

Caroline PETRY : 06 46 07 70 60 – 73 rue de Gisors 95300 Pontoise Bat C

Helene vient à domicile : 06 78 60 22 48

REMICOPHYS VEND DU MATERIEL –

Briques pour Yoga et Pilates : si intéressés faites un mail les 2 → 8 €

Appareil de musculation chez vous pour 25€.

Pour ceux qui ont besoin de travailler chez eux, faute de temps pour se déplacer dans les cours, ou pour les compléter ; vous trouverez ci-dessous un ARC DE MUSCULE progressif au niveau force.

Et pourquoi pas un cadeau d'anniversaire !!!

