

Actus

Loisirs

Santé

CAP

50+

Mon agenda senior

2025



Édito



Virginia Clause

Adjointe aux solidarités,
aux familles, à la
vie scolaire et à la
communication

Chers tous,

C'est avec un immense plaisir que je vous présente notre nouveau programme d'activités et de sorties spécialement imaginé pour vous, seniors, par l'équipe du Centre Communal d'Action Sociale de Saint-Dizier.

Nous savons combien il est important de rester actif, de se divertir et de maintenir des liens sociaux forts. C'est pourquoi nous avons élaboré un programme riche en sorties, activités, ou événements qui sauront, je l'espère, répondre à vos envies et besoins personnels.

Nous espérons que ce programme saura vous séduire et vous apporter joie et épanouissement. N'hésitez pas à nous rejoindre et à profiter de ces moments privilégiés. Ensemble, allons chaque jour à la découverte de soi, de l'autre, et entretenons ainsi notre flamme intérieure.

Pour conclure avec un trait d'humour, je vous partage cette citation d'un illustre inconnu, pour positiver sur la vieillesse...

"Vieillir, c'est comme escalader une montagne : plus on avance, plus on est fatigué, mais combien la vue est belle."

Au plaisir de vous rencontrer, et de vous retrouver encore plus nombreux cette année.

Prenez soin de vous.

Sommaire

CAP + santé

- Rencontres à thèmes _____ p.4 et 5
- Ateliers de prévention _____ p.6 et 7
- Activités physiques _____ p.7

CAP + loisirs

- Sorties _____ p.8 à 11
- Séjours _____ p.12 à 15
- Balades urbaines _____ p.16 à 18
- Colis de Noël _____ p.18
- La Semaine Bleue _____ p.19

CAP + actus

- Les résidences autonomie _____ p.20
- La télémédecine _____ p.21
- Café des aidants _____ p.21
- Alzheimer Café 52 _____ p.21
- Bénévolat _____ p.22
- Ateliers du numérique _____ p.22
- Ciné d'or _____ p.23
- Le Musée de Saint-Dizier _____ p.23
- Les conférences du jeudi _____ p.24
- Associativa _____ p.24
- MUSE _____ p.25
- Les journées du patrimoine _____ p.26
- Médiathèque _____ p.27
- Archives municipales _____ p.28
- Université de la Culture Permanente _____ p.28
- Saison culturelle _____ p.29

Annexes _____ p.30 et 31

Mon calendrier 2025 _____ p.32 à 34

Contacts _____ p.35



Rencontres à thèmes

- À partir de 50 ans
- Places limitées
- Inscription au CCAS : 03 25 96 09 33
ccas.seniors@mairie-saintdizier.fr

Gratuit

La télémédecine, qu'est-ce que c'est ?

Jeudi 6 février 2025



**Parking du Cabinet de
télémédecine Ambroise
Croizat**

À 14h : Découvrez comment fonctionne un cabinet de télémédecine : Comment ? Pour qui ? Pour quoi ? Toutes les réponses à vos questions vous seront données. Démonstration et mise en situation.





À 14h : Le Tai-Chi-Chuan est fondé sur la pratique de mouvements souples et fluides qui s'enchaînent. La gestuelle est réalisée très lentement sur une respiration profonde, c'est pourquoi le tai-chi est souvent défini comme une « méditation en mouvement ». Le Qi Gong est, quant à lui, un art énergétique dont l'objectif principal est de préserver une bonne santé physique et mentale

À la découverte du Tai-Chi-Chuan et du Qi Gong

Mercredi 26 février 2025

 **Le Palace**

Bienvenue dans le monde fascinant de la lithothérapie

Mardi 11 mars 2025

 **Le Palace**

À 14h : Vous êtes-vous déjà demandé comment une simple pierre pourrait avoir un impact si profond sur votre bien-être ? Quels sont les types de pierres que vous pouvez utiliser ? Comment vous pouvez les intégrer dans votre vie quotidienne ?





Ateliers de prévention

Gratuit

- À partir de 55 ans
- Places limitées
- Inscription au 03 25 42 73 32 ou 06 07 74 65 22 ou par mail à contact@asept-ca.fr



**Résidence Autonomie
Ambroise Croizat
Rue des Tours, Saint-Dizier**



Association santé
éducation et prévention
sur les territoires
Champagne-Ardenne

1 Émotion, bien-être et santé

Mercredi 16 avril à 14h

Comprenez les liens entre qualité de vie, émotions et santé et prendre conscience de l'importance des ressources personnelles.

En avançant en âge, des événements de la vie peuvent nous rendre plus vulnérables et affecter notre santé : changement de résidence, passage à la retraite, précarité financière, problèmes de santé, aide apportée à un proche, décès d'un proche... Vous vous reconnaissez dans ces situations ? Vous êtes en difficulté pour gérer le stress et les émotions que cela engendre ?

L'ASEPT Champagne-Ardenne vous propose de participer à un atelier pour vous permettre d'adopter un comportement approprié et positif face aux épreuves de la vie quotidienne.

2 Gestion du stress

Mercredi 23 avril à 14h

Identifiez vos sources de stress et apprenez à mieux les gérer au quotidien par des exercices pratiques.

3 Bien vivre avec soi

Mercredi 30 avril à 14h

Recueillez vos moments de bien-être et apprenez à les renouveler à travers plusieurs techniques simples.

Gymnastique d'entretien, adaptée, équilibre ou Pilates.

Cours animés par des professionnels. Mixtes et adaptés en fonction des capacités physiques de chacun. Les cours débutent en septembre et finissent en juin de l'année suivante.

- À partir de 50 ans
- Places limitées
- Cotisation annuelle
- Bulletin de pré-inscription à demander au CCAS au 03 25 96 09 33 ou à ccas.seniors@mairie-saintdizier.fr

4 Bien vivre avec les autres

Mercredi 14 mai à 14h

Prenez conscience de l'importance de la vie sociale sur votre santé et découvrez des techniques permettant de conserver de bonnes relations avec les autres malgré les aléas de la vie.

Activités physiques



À partir de septembre 2025

Pré-inscription nécessaire à partir du 1^{er} juillet jusqu'au 10 août 2025. Un rendez-vous sera ensuite fixé pour finaliser votre inscription.

Sorties

Le CCAS de Saint-Dizier propose des sorties d'une journée pour une visite de lieux touristiques et culturels de la région.

- **Réservées aux plus de 50 ans**
- **Bulletin d'inscription à demander au CCAS** au 03 25 96 09 33 ou par mail à ccas.seniors@mairie-saintdizier.fr
- **Réglement des sorties** : voir annexe p.30-31

1

Reims

Escapade culturelle et gourmande



Jeudi 27 mars 2025

- Visite des ateliers de fabrication des biscuits Fossier et découverte d'un savoir-faire artisanal. Dégustation du célèbre Biscuit Rose de Reims, mondialement apprécié.
- Déjeuner au restaurant.
- Visite guidée de la cathédrale. Notre-Dame de Reims est l'une des réalisations majeures de l'art gothique en Europe. Inscrite sur la Liste du patrimoine mondial

de l'UNESCO, cette cathédrale du XIII^e siècle présente des traits qui la rendent unique, notamment par son unité de style, sa luminosité et sa statuaire. Les 25 sacres de rois de France ont donné à la ville son surnom de Cité des Sacres.

**Tarif : 93€
(tout compris)**



Départ à 8h15 - Parking de MUSE
Retour à Saint Dizier vers 17h30

2

L'Abbaye de Trois-Fontaines

et son Magnolia

Mardi 22 avril 2025

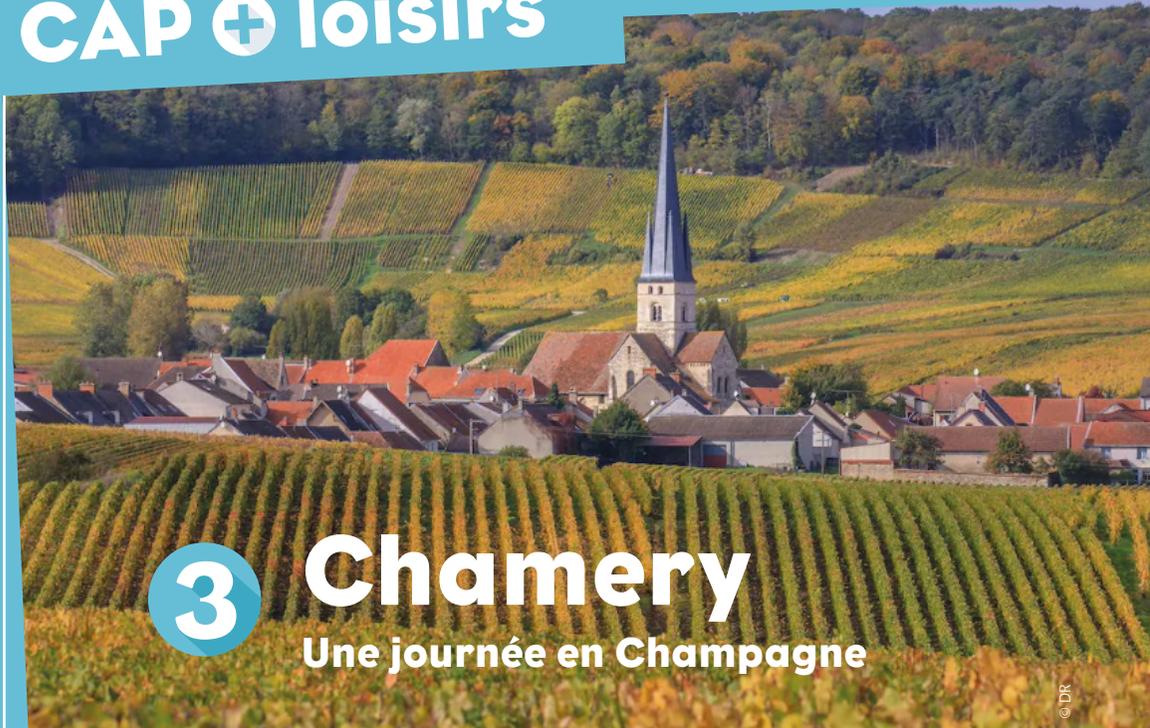


- Visite guidée de l'Abbaye de Trois-Fontaines et de ses annexes, sans oublier Le magnolia, classé « Arbre remarquable de France » qui, du haut de ses 110 mètres, est une merveille de la nature et en particulier au printemps lors de sa floraison.
- Goûter dans le parc.



Départ à 13h30 - Parking de MUSE
Retour à Saint Dizier vers 18h

Tarif : **14€**
(tout compris)



3

Chamery

Une journée en Champagne



Départ à 8h - Parking de MUSE
Retour à Saint-Dizier vers 19h30

Mardi 20 mai 2025

- Visite du vignoble en train : découverte du petit village champenois classé 4 fleurs ainsi que son amphithéâtre de vignes surplombé par la forêt avec les explications liées à son histoire et aux vignes.
- Déjeuner au restaurant.
- Croisière dans la vallée de la Marne : promenade croisière d'1h30 au départ de Cumières à la découverte de l'histoire des canaux, de la faune, de la flore sur la Marne.



Tarif : **136€**
(tout compris)



4

Domremy

Voyage au Pays de Jeanne d'Arc

- Visite guidée de la maison natale de Jeanne d'Arc. En y pénétrant, vous découvrirez quatre pièces épurées de dimensions modestes mais chargées du souvenir de Jeanne la Domrémquoise. Sa maison se présente désormais, volontairement, comme un vestige historique et un lieu de mémoire.
- Déjeuner au restaurant.
- Visites guidées de l'Église Saint-Remy et de la basilique Sainte-Jeanne d'Arc.

Vendredi 27 juin 2025



Départ à 7h30 - Parking de MUSE

Retour à Saint-Dizier vers 17h30

Tarif : 67€
(tout compris)

Séjours

Le CCAS organise deux séjours de 8 jours/7 nuits, en lien avec « Seniors en vacances ». Le programme est mis en place et financé par l'Agence Nationale pour les Chèques Vacances (voir annexe p.30).

- **Réservés aux plus de 60 ans**
- **Dossier de pré-inscription** à demander à partir du 10 décembre 2024 au CCAS au 03 25 96 09 33 ou par mail à ccas.seniors@mairie-saintdizier.fr et à retourner complété pour le 23 janvier 2025
- **Réglement des séjours** : voir annexe p.30-31

1

Le Moulin de Sournia 66 - Pyrénées Orientales

Du 3 au 10 mai 2025

Tarif : **699€** imposable

497€ non imposable

Supplément single selon tarif prestataire
(tout compris : transport, visites,
hébergement, restauration, assurances)

C'est dans un parc exceptionnel au bord d'une rivière, situé dans les Pyrénées Orientales, à mi-distance des plages et de la haute montagne que nous vous proposons de séjourner.

En catalan, le département se nomme Pirineus Orientals, il est riche en calme, en verdure, en convivialité et en confort. Son climat typiquement méditerranéen, légèrement atténué par l'altitude est idéal, 300 jours de soleil par an !



- Terre frontalière avec l'Espagne, ce petit coin de paradis regorge de trésors : châteaux cathares (Quéribus - Peyrepertuse - Puilaurens), vieilles abbayes, lacs mythiques et villages perchés ou fortifiés.
- Laissez-vous guider et découvrez l'histoire du pays Catalan : Villefranche-de-Conflent, son patrimoine exceptionnel et ses remparts, site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, Perpignan, l'Anse de Paulilles, Collioure, l'Espagne à la Jonquera, excursion en bateau sans oublier les spécialités : huile d'olives, anchois et confitures artisanales.



Obligatoire

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte européenne d'assurance maladie



Départ à 5h30
Parking de MUSE



Sainte-Maxime 83 - Var

Du 14 au 21 septembre 2025

Aux portes du Golfe de Saint-Tropez, Sainte-Maxime est un petit coin de paradis entre terre et mer, la ville abrite de nombreuses plages où baignade, farniente et activités nautiques se conjuguent dans une ambiance douce et familiale. L'Hôtel Club 3* Le Capet, situé à quelques minutes à pied des plages de sable fin et du centre-ville, bénéficie d'une splendide piscine, et d'une localisation exceptionnelle pour les circuits touristiques.





Tarif : **750€** imposable

548€ non imposable

Supplément single selon tarif prestataire
(tout compris : transport, visites,
hébergement, restauration, assurances)



- La côte varoise authentique.
- Vivez au rythme de la Provence et partez à la découverte de ses villages typiques et au riche patrimoine historique ou culturel : Seillans, Roquebrune-sur-Argens, Hyères, Congolin, les flamants roses de la presqu'île de Giens.
- Déambulez sur le marché, place des Lices à Saint-Tropez et sur les marchés de Sainte-Maxime.
- Vous découvrirez Aix-en-Provence et sa campagne qui a inspiré quelques-uns des plus grands chefs d'œuvre impressionnistes, dont Cézanne.



Départ à 5h30
Parking de MUSE

Balades urbaines

Le CCAS vous emmène dans les coulisses d'ouvrages et de lieux emblématiques du territoire.

- Réservées aux plus de 50 ans
- Places limitées
- Inscription nécessaire :
au CCAS au 03 25 96 09 33
ou par mail à
ccas.seniors@mairie-saintdizier.fr

L'OBSERVATOIRE

 Parking Stade de foot de Valcourt

Jeudi 5 juin 2025

Rendez-vous à 9h (30 personnes) :

Présentation du système solaire et 3 visites spécifiques :

- La coupole et son télescope avec possibilité d'observer le soleil avec une protection adaptée.
- Le planétarium pour découvrir le ciel du moment.
- L'exposition sur le système solaire et la salle des maquettes dédiées à l'astronomie.



VISITE ET ATELIER AU MUSÉE DE SAINT-DIZIER

 Parking du Musée de Saint Dizier

Vendredi 25 juillet 2025

Rendez-vous à 9h15 (15 personnes) :

Une visite guidée des collections du Musée pour découvrir les chefs francs et leur fabuleux trésor ! Un atelier de création d'une carte enluminée plonge les visiteurs dans ce voyage à travers le temps à la découverte du Moyen-Âge.

MUSE

Exposition « Eternel Mucha »

 Parking de MUSE
Saint-Dizier

Jeudi 16 janvier 2025

**Rendez-vous à 14h15
(30 personnes) :**

Figure majeure de l'Art Nouveau, pionnier de l'art de l'affiche et précurseur de la publicité, Alphonse Mucha est l'un des artistes les plus célèbres d'Europe en son temps.

L'exposition met en lumière l'héritage du maître de l'Art Nouveau, retrace l'histoire d'Alphonse Mucha et donne à voir ses œuvres majeures. Elle souligne aussi l'influence durable de l'artiste, source d'inspiration pour la création d'aujourd'hui, de l'art des rues aux mangas, du cinéma au tatouage.



MUSE

Exposition Loading. L'art urbain à l'ère numérique

 Parking de MUSE
Saint-Dizier

Jeudi 13 novembre 2025

**Rendez-vous à 14h15
(30 personnes) :**

L'exposition retrace une histoire de l'art urbain et montre l'impact des technologies de production et de diffusion digitale sur le travail des artistes de ce milieu.

Au XX^e siècle, les murs des villes sont marqués par une large diffusion

de l'art urbain : l'espace public devient un terrain d'expression privilégié, un lieu de création, d'exposition et de détournement pour un art qui se définit en marge des instances officielles. Avec l'arrivée d'internet puis des réseaux sociaux, le Street Art connaît une révolution, entraînant un nouveau rapport des artistes à la ville.

LA SOUS-PRÉFECTURE

de Saint-Dizier

 Les Halles (face à la Sous-Préfecture)

Lundi 17 novembre 2025

Rendez-vous à 14h15
(15 personnes) :

À la découverte de l'histoire et des coulisses de la sous-préfecture de Saint-Dizier, lieu emblématique de la ville.

MIKO

 ZI de Trois-Fontaines
Rue Bonnor

Jeudi 6 mars 2025

Rendez-vous à 8h45

Jeudi 20 mars 2025

Rendez-vous à 13h30

Le faire-valoir d'une entreprise bragarde à la renommée mondiale. Projection d'un film sur l'origine et l'évolution de MIKO. Visite de l'usine et des différentes chaînes de fabrication.

Colis de Noël

Vendredi 5 décembre 2025

 Espace Projet
Saint-Dizier Cœur de Ville

Nouveau, pour ceux qui le souhaitent : venez retirer votre colis de Noël dans une ambiance conviviale autour d'un café - brioche.

La distribution à domicile reste possible à partir du 5 décembre par notre équipe de bénévoles.

Obligatoire

- Carte d'identité en cours de validité

Gratuit



- **Réservés aux Bragards de plus de 70 ans**
- **Inscription nécessaire** avant le 30 septembre auprès du CCAS au 03 25 96 09 33



La Semaine Bleue

Gratuit

Octobre 2025



**Selon le programme
détaillé diffusé en
septembre**

Ouverte à tous sans condition
d'âge ou de résidence.

Le CCAS coordonne cette semaine
d'animations gratuites.

365 jours pour agir, 7 jours pour le
dire.

Vous souhaitez proposer
une activité ?

Contactez le CCAS **avant
le 1^{er} avril 2025.**

Les résidences autonomie

Vivre en toute sérénité, vivre libre

Le CCAS de Saint-Dizier gère deux résidences autonomie pour séniors autonomes. Des appartements avec balcon T1bis et T2 sont disponibles. N'hésitez pas à venir les visiter.



Résidence Ambroise Croizat, Rue des Tours Saint-Dizier



03 25 05 58 00



ccas.residences.seniors@mairie-saintdizier.fr



Résidence La Noue 106, rue Ernest Renan Saint-Dizier



03 25 56 22 11



ccas.residences.seniors@mairie-saintdizier.fr

Vous ne souhaitez pas rester seul(e) tout un après-midi ? Renseignez-vous en résidence pour participer aux animations. Tout un éventail d'activités du lundi au vendredi : jeux, chants, activités manuelles, cuisine, informatique...

Oasis Solidaire

Vous êtes une personne âgée et vous souffrez de la chaleur ? Venez vous rafraîchir au sein de l'Oasis Solidaire proposé par nos résidences.

Oasis Solidaire est initié par les Petits Frères des Pauvres pour offrir aux personnes âgées souffrant des fortes chaleurs un espace frais à proximité de leur domicile.



La télémedecine

Pas de medecin traitant ? Une urgence ?

7 sites de telemedecine sont disponibles à Saint-Dizier, Perthes, Villiers-en-Lieu, Eclaron, Droyes et Louze.

Pour prendre rendez-vous :

- À La Noue, Le Clos Mortier & Perthes : 07 68 81 83 31 ou clinic-alpha.com
- À Ambroise Croizat, Villiers-en-Lieu, Eclaron & Pays du Der : 03 52 86 01 44

Café des Aidants

Vous accompagnez au quotidien un proche malade ou en situation de handicap ?

Le Café des Aidants est un temps convivial d'échange. Il est accessible à tous, gratuitement, sans inscription et anonymement.

De 13h30 à 15h15 :

- 9 janvier 2025
- 6 février 2025
- 6 mars 2025
- 3 avril 2025
- 6 mai 2025
- 5 juin 2025

• **Contact :**

cptssddb@gmail.com ou 06 71 76 21 90

 Café des Aidants de Saint-Dizier

Alzheimer Café 52

Chaque dernier mardi du mois (sauf juillet et août), à partir de 14h, accueil, pause et temps d'échanges.

Entrée libre, ouvert à tous.

Malade, proche (conjoint, famille, ami), professionnel ou toute personne intéressée par la maladie d'Alzheimer, Alzheimer Café 52 s'adresse à vous.



**Espace Camille Claudel,
9, avenue de la République
à Saint-Dizier**

• **Contact :**

Numéro vert : 0 800 11 44 20

Bénévolat

La plateforme de la vie associative à Saint-Dizier !

Vous y retrouver notamment un agenda des manifestations associatives et la possibilité de de s'impliquer dans des actions de bénévoles.

Il y a déjà 177 associations bragardes inscrites, 195 citoyens engagés et 234 mises en relations entre associations et bénévoles.

- **Contact :**
jemengage.saint-dizier.fr

Et si je me mettais au numérique ?

Sur rendez-vous uniquement. Ouvert à toute personne qui a la volonté de devenir autonome dans les usages numériques.

Gratuit

- **Contacts :**
Valentin : 06 18 20 31 19
Charline : 06 37 13 24 85

Accompagnement en individuel ou collectifs pour :

- Utiliser un smartphone, une tablette, un ordinateur
- Recevoir ou envoyer des mails
- Réaliser des démarches en ligne
- Prendre rendez-vous en ligne avec son médecin
- Utiliser les réseaux sociaux, les opportunités du numérique
- Faire ses courses en ligne.

Centre socioculturel 9, rue Marcel Thil

- **Atelier numérique**
Jeudi après-midi
- **Accompagnement individuel**
Mardi après-midi
Mercredi et vendredi

Résidence autonomie La Noue

- **Ateliers collectifs**
Lundi après-midi

Résidence autonomie Ambroise Croizat

- **Ateliers collectifs**
Mardi après-midi

CCAS 4, rue Codard Jeanson

- **Accompagnement individuel**
Jeudi après-midi



Ciné Quai
36, rue Lamartine,
Saint-Dizier

Ciné d'Or

Un lundi par mois, à 14h30, découvrez un film particulièrement destiné aux séniors au tarif de 5 € la séance pour tous !

- **6 janvier 2025** : *La tresse*
- **3 février 2025** : *Maison de retraite 2*
- **3 mars 2025** : *Chasse gardée*
- **7 avril 2025** : *Je verrai toujours vos visages*
- **5 mai 2025** : *Le tableau volé*
- **2 juin 2025** : *Un p'tit truc en plus*

Contact : Ciné Quai au 03 25 05 03 25

Musée de Saint-Dizier

Du mercredi au dimanche
Hors jours fériés 13h30-17h30

Riche de plus de 25 000 objets, le musée conserve dans ses réserves des pièces remarquables dans les domaines de la géologie, la paléontologie (squelette fossilisé du plus grand iguanodon de France), l'archéologie, l'ethnologie (momie précolombienne), la numismatique, les beaux-arts et les arts décoratifs.

- **Contact :**
Musée de Saint-Dizier
03 25 07 31 50
 musee.saintdizier

Exposition

Jusqu'au 5 janvier 2025
La Forêt.

Du 23 janvier au 21 mars 2025
Manger et boire à la table de nos ancêtres.

Animation

Le 31 janvier et le 1^{er} février
2025

Week-end magique.

La suite des animations pour l'année 2025 est à découvrir dans le programme du Musée.

Les Conférences du jeudi

- **16 janvier 2025**
L'archéanthropologie avec des collégiens.
- **27 février 2025**
La puissance spatio-temporelle de l'abbaye cistercienne de Clairvaux à l'époque moderne (XVI^e-XVIII^e siècles).
- **20 mars 2025**
Aotearoa Nouvelle-Zélande, les protecteurs de l'Arche perdue.
- **17 avril 2025**
La statuare langroise de la seconde moitié du XVI^e siècle : un âge d'or ?
- **22 mai 2025**
Une momie précolombienne au musée de Saint-Dizier.

• À l'Espace Coeur de Ville ou à l'Hôtel de Ville de Saint-Dizier

• **Contact :**
Musée de Saint-Dizier
03 25 07 31 50

 [musee.saintdizier](https://www.facebook.com/musee.saintdizier)

Gratuit



Associativa



- **Contact :**
Service
Sports/Événementiel
03 25 07 59 15
sports@mairie-saintdizier.fr

Septembre 2025

Le rendez-vous des associations : culture, sport, éducation, social, environnement, humanitaire, santé...



MUSE

1 musée, 2 univers

 **24, Rue Diderot
Saint-Dizier**

 09 72 10 50 53

 muse@mairie-saintdizier.fr

Facebook : musesaintdizier

Pousser les portes de MUSE, c'est partir à la découverte de deux univers :

- **MUSE Immersif** invite le visiteur dans un espace cloisonné pour une exposition entièrement numérique.
- **MUSE Découverte** est un parcours permanent d'initiation à l'art, comprenant des activités ludiques et didactiques. Les visiteurs profitent de reproductions de haute qualité d'œuvres les plus remarquables, accompagnées d'informations. Deux œuvres du cru local sont présentées.

Tarif plein : 6€

Tarif de groupe à partir de 10 personnes : 4€

Du mercredi au vendredi :
10h-12h / 14h-18h30

Samedi et dimanche (hors jours fériés) : 10h-12h30 / 13h-18h30



Conférence

Le 31 janvier 2025 à 12h :

Un artiste et son œuvre : Albrecht Dürer (1471-1528), peintre, dessinateur, graveur et théoricien de l'art.

Entrée gratuite, séance en visioconférence.

Exposition

Eternel Mucha

Figure majeure de l'Art Nouveau, pionnier de l'art de l'affiche et précurseur de la publicité, Alphonse Mucha (1860-1939 - Tchèque) est l'un des artistes les plus célèbres d'Europe en son temps.

Animation

Du 23 décembre 2024
au 5 janvier 2025

Chasse au trésor de Noël.

Les Journées du patrimoine 20 et 21 septembre 2025

Créées en 1984 par le ministère de la Culture, les Journées européennes du patrimoine ont lieu chaque année le troisième week-end de septembre.



Médiathèque

de Saint-Dizier

Ouverture :

Mardi : 13h30 - 18h

Mercredi : 9h - 12h / 13h30 - 19h

Vendredi : 13h30 - 18h

Samedi : 9h - 12h / 13h30 - 18h

La carte d'abonnement est gratuite et permet d'emprunter jusqu'à 10 documents tous supports confondus (avec une limite à 2 jeux vidéo, une liseuse, une boîte à histoires et 5 nouveautés), pour une durée de 4 semaines. Elle est utilisable dans les 5 médiathèques du réseau et valable un an à partir de la date d'inscription.

• Contact :

03 25 56 56 66

media-saintdizier@agglo-saintdizier.fr

 [mediatheque.saintdizier](https://www.facebook.com/mediatheque.saintdizier)

Les services proposés :

- Livres / CD / DVD/ Jounaux et revues.
- Livres en gros caractère.
- Livres audio.
- Liseuses.
- Wi-fi, Ordinateurs, Internet, Impression.
- Jeux vidéo.

Des animations diverses :

- Atelier d'écriture, un samedi par mois 10h-12h.
- Etc.

Cours de Paléographie

Sur inscription - tous les 15 jours, le vendredi, 13h30-15h30 - en partenariat avec les Archives Municipales

Faire sa généalogie, ou conduire une recherche historique, nécessite souvent de décrypter des écritures anciennes, parfois très difficiles à déchiffrer. Les Archives municipales vous proposent de suivre des cours de paléographie vous permettant de mieux déchiffrer les écritures et abréviations des textes anciens.

Apéro culture

Le 1^{er} jeudi de chaque mois, de 19h à 21h au Petit-Paris

Un temps d'échanges sur nos cours de cœur : livre, film, musique.

Ludo'Sphère

Un samedi après-midi par mois

Pour tester, jouer et découvrir des jeux de société.

Cours d'informatique

Mardi et vendredi de 14h à 16h

Sur inscription

Mais aussi des spectacles, des ateliers, des conférences, etc. Retrouvez le programme à l'accueil de la médiathèque.

Archives municipales

Sur rendez-vous. Ouvert du lundi au vendredi 9h-12h et de 13h30-17h.

Les Archives municipales constituent la mémoire de notre ville. Elles fournissent les matériaux nécessaires pour réaliser des recherches administratives et/ou historiques (arbre généalogique, histoire d'une maison, etc.).

Elles sont consultables par tous en salle de lecture.



18 rue de la Commune de Paris

- **Contact :**
03 25 07 31 21
archives@mairie-saintdizier.fr

Université de la Culture Permanente

D'octobre à mai (sauf vacances scolaires). Les jeudis à 14h30 :

Le programme des 24 conférences peut vous être communiqué sur demande.

Entrée libre - Ouvert à tous - Adhésion annuelle : 57€.

- **Contacts :**
Christine et Guy Sublet
06 02 29 61 44
guy.sublet@wanadoo.fr



La saison culturelle

Catalogue de la saison à consulter sur les3scenes.saintdizier.fr ou disponible dans les différents lieux d'accueil.

- **Contact :**
03 25 07 31 66
billetterie.les3scenes@agglo-saintdizier.fr

Billetterie :

Mardi : 14h-18h30

Mercredi : 10h-12h30 /
14h-18h30

Jeudi : 14h - 18h30

Vendredi : 14h - 18h30

Samedi : 14h - 18h30 (les jours
de spectacle)

*Ces horaires sont susceptibles
d'évoluer en cours de saison.*

Le covoiturage

Les 3 Scènes ont mis en place un partenariat avec covoiturage-simple qui permet de mettre en relation des personnes qui disposent de places de voiture et celles qui sont en demande d'un aller/retour ou simplement d'un retour. Renseignement en billetterie.

Les concerts de poche

Rejoignez la chorale de Saint-Dizier et apprenez à chanter avec la cheffe de chœur, Catherine Millot. Chaque mercredi du 29 janvier au 4 juin. Restitution en première partie du spectacle Cendrillon, Drôle d'oiseau, le 24 mai 2025 aux Fuseaux.

Infos et inscriptions : Arthur Resve
07 69 24 02 51 ou arthur.resve@concertsdepoche.com

Groupe Autonome de spectateurs (GAS)

Amateur du spectacle vivant ou simple curieux vous êtes les bienvenus !



Le Groupe Autonome de spectateurs (GAS) est un projet participatif et gratuit en partenariat avec la compagnie Ultima Necat, qui a pour objet d'emmener un groupe de volontaires à assister à des spectacles aux esthétiques variées pendant plusieurs mois et à rencontrer des professionnels du spectacle.

Renseignements : svalent@agglo-saintdizier.fr ou au
03 25 07 79 65

Aide ANCV pour les sorties et séjours



Vous pouvez bénéficier d'une participation financière de l'ANCV pour les sorties et séjours si vous respectez certains critères cumulatifs :

- Être âgé de 60 ans ou + au moment du départ.
- Être retraité ou sans activité professionnelle.
- Résider en France.
- Ne pas avoir déjà bénéficié au cours de l'année civile, de tout autre dispositif d'aide aux vacances financé par l'ANCV.
- L'aide financière ANCV dépend du revenu fiscal de référence et du nombre de part noté sur le dernier avis d'impôt.

Pour un couple ayant une déclaration fiscale commune, si l'un des membres respecte les critères ci-dessus, l'autre membre devient éligible de plein droit à condition de séjourner ensemble en vacances.

Des personnes ne répondant pas aux critères définis ci-dessus peuvent compléter le groupe.

Règlement des sorties et séjours

L'inscription à une sortie ou séjour implique l'acceptation des conditions ci-après.

Préambule

Le CCAS de Saint-Dizier organise des sorties d'une journée et des séjours à destination des personnes de plus de 50 ans.

Si le nombre d'inscriptions est supérieur aux possibilités d'accueil, des conditions de résidence et de fréquences de participation seront mises en place afin d'offrir à un maximum de personnes la possibilité de participer à une activité, de favoriser la mixité du public et développer le lien social.

Article 1 Modalités d'inscription

Les inscriptions sont individuelles.

- Pour les séjours : un dossier de pré-inscription est mis à disposition du public à partir du mois de décembre et devra être déposé accompagné de pièces justificatives jusqu'au 23 janvier inclus de l'année suivante. Après cette date,

les pré-inscriptions seront étudiées selon différents critères par une commission d'administrateurs et d'agents du CCAS.

- Pour les sorties : une fiche de pré-inscription est disponible tout au long de l'année selon le programme défini.
- Pour les activités physiques : saison sportive allant de septembre de l'année en cours à juin de l'année suivante.

Les bulletins de pré-inscriptions sont disponibles de début juillet jusqu'au 10 août.

- Pour les autres activités nécessitant une inscription : une fiche de pré-inscription est disponible tout au long de l'année selon le programme défini.

Les personnes sont avisées de la suite donnée à leur dossier (accord, refus ou liste d'attente). En cas d'accord, une date de rendez-vous est proposée afin de finaliser l'inscription, et procéder au paiement. En cas de refus ou d'inscription sur liste d'attente, une réponse justifiée sera donnée.

Article 2 Paiement

Si l'inscription demande une participation financière, le paiement peut s'effectuer par carte bancaire, chèque bancaire, chèque-vacances ANCV (Agence Nationale des Chèques Vacances).

Article 3 Désistement

En cas de désistement, les places sont proposées selon l'ordre de la liste d'attente et le profil de la personne se désistant (ex : imposable/non imposable, personne seule ou couple...)

Pour les séjours : le participant se réfère aux conditions d'annulation d'un séjour précisées dans le contrat selon les modalités et motifs spécifiques des prestataires.

Pour les sorties : si le participant annule pour quelque raison que ce soit, un courrier est adressé précisant les modalités de remboursement :

- o Dans tous les cas et jusqu'à 30 jours avant le départ, un remboursement est effectué avec déduction d'un montant forfaitaire de 10 € correspondant aux frais engagés par le CCAS.

- o Moins de 15 jours avant le départ, une retenue de 75% est opérée.

- o Moins de 8 jours avant ou en cas de non-présentation à la sortie, aucun remboursement n'est effectué.

Pour les activités physiques et autres activités nécessitant une participation financière : si le participant annule pour quelque raison que ce soit, aucun remboursement n'est envisagé.

Article 4 Annulation

Le CCAS se réserve le droit d'annuler une sortie si le nombre de participants est insuffisant. Dans ce cas, les participants seront intégralement remboursés.

Mon calendrier 2025

JUSQU'AU 5 JANVIER		Musée de Saint-Dizier, Exposition « La Forêt »
23 DÉCEMBRE AU 5 JANVIER		MUSE, Chasse au trésor de Noël
LUN. 6 JANVIER	14h30	Ciné d'Or « La tresse »
JEU. 9 JANVIER	13h30	Café des Aidants
MAR. 14 JANVIER	18h	Conférence à la Médiathèque « Les dessous de l'art : le chien »
JEU. 16 JANVIER	14h15	Balade Urbaine « MUSE, Exposition Eternal Mucha »
JEU. 16 JANVIER	18h30	Conférences du Jeudi « L'archéoanthropologie avec des collégiens »
23 JANVIER AU 21 MARS		Musée de Saint-Dizier, Exposition « Manger et boire à la table de nos ancêtres »
DEPUIS SEPTEMBRE 2024		MUSE, Exposition « Eternal Mucha »
VEN. 31 JANVIER	12h	Conférence à MUSE « Un artiste et son œuvre : Albertcht Dürer »
31 JANVIER ET 1^{ER} FÉVRIER		Musée de Saint-Dizier, Animation « Week-end magique »
LUN. 3 FÉVRIER	14h30	Ciné d'Or « Maison de retraite 2 »
JEU. 6 FÉVRIER	13h30	Café des Aidants
JEU. 6 FÉVRIER	14h	Rencontre « La télémédecine, qu'est-ce-que c'est ? »
JEU. 27 FÉVRIER	18h30	Conférences du Jeudi « La puissance spatio-temporelle de l'abbaye cistercienne de Clairvaux à l'époque moderne »
MER. 26 FÉVRIER	14h	Rencontre « À la découverte du Tai-Chi-Chuan et du Qi Gong »
LUN. 3 MARS	14h30	Ciné d'Or « Chasse gardée »

MAR. 11 MARS	14h	Rencontre « Bienvenue dans le monde fascinant de la lithothérapie »
JEU. 6 MARS	8h45	Balade Urbaine « Miko »
JEU. 6 MARS	13h30	Café des Aidants
JEU. 20 MARS	13h30	Balade Urbaine « Miko »
JEU. 20 MARS	18h30	Conférences du Jeudi « Aotearoa Nouvelle-Zélande, les protecteurs de l'Arche perdue »
JEU. 27 MARS	8h15	Sortie « Reims, escapade culturelle et gourmande »
JEU. 3 AVRIL	13h30	Café des Aidants
LUN. 7 AVRIL	14h30	Ciné d'Or « Je verrai toujours vos visages »
MER. 16 AVRIL	14h	Atelier « Émotion, bien-être et santé »
JEU. 17 AVRIL	18h30	Conférences du Jeudi « La statuaire langroise de la seconde moitié du XVI ^e siècle : un âge d'or ? »
MAR. 22 AVRIL	13h30	Sortie « L'Abbaye Troisfontaine et son magnolia »
MER. 23 AVRIL	14h	Atelier « Gestion du stress »
MER. 30 AVRIL	14h	Atelier « Bien vivre avec soi »
3 AU 10 MAI		Séjour « Le Moulin de Sournia »
LUN. 5 MAI	14h30	Ciné d'Or « Le Tableau volé »
MAR. 6 MAI	13h30	Café des Aidants
MER. 14 MAI	14h	Atelier « Bien vivre avec les autres »
MAR. 20 MAI	8h	Sortie « Chamery, une journée en Champagne »
JEU. 22 MAI	18h30	Conférences du Jeudi « Une momie précolombienne au Musée de Saint-Dizier »
LUN. 2 JUIN	14h30	Ciné d'Or « Un p'tit truc en plus »
JEU. 5 JUIN	9h	Balade Urbaine « L'Observatoire »

Mon calendrier 2025

JEU. 5 JUIN	13h30	Café des Aidants
VEN. 27 JUIN	7h30	Sortie « Domremy, voyage au Pays de Jeanne d'Arc »
VEN. 25 JUILLET	9h15	Balade Urbaine « Visite et atelier au Musée de Saint-Dizier »
SEPTEMBRE 2025		Associativa
14 AU 21 SEPTEMBRE		Séjour « Sainte-Maxime »
21 ET 22 SEPTEMBRE		Les Journées du patrimoine
OCTOBRE 2025		La Semaine Bleue
JEU. 13 NOVEMBRE	14h15	Balade urbaine « MUSE, Exposition Loading. L'Art Urbain à l'ère numérique »
LUN. 17 NOVEMBRE	14h15	Balade urbaine « La Sous-préfecture de Saint-Dizier »
VEN. 5 DÉCEMBRE		Colis de Noël

Contacts

Centre Communal d'Action Sociale

4, rue Godard Jeanson (2^e étage)
52100 Saint-Dizier

 03 25 96 09 39

 ccas@mairie-saintdizier.fr

Espace Séniors :

 03 25 96 09 33

 ccas.seniors@mairie-saintdizier.fr

