



Info 119/24

Conflans 11 mars 2024

Chères adhérentes, chers adhérents,

Nous étions 132 pour célébrer le passage à la nouvelle année et 224 autour de notre traditionnelle galette et après-midi dansante. Le Conseil d'Administration et moi-même tiennent à vous remercier chaleureusement pour ces moments de partage et de convivialité. Vous pouvez voir des photos de ces manifestations sur notre site. N'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires et critiques sur ces moments festifs.

Avec l'arrivée du printemps, et après notre repas annuel le 21 mars, voici venu le temps des voyages et excursions. Ils ont déjà débuté avec le séjour au carnaval de Nice et Menton fin janvier et ses 38 participants, puis viendront le voyage en Namibie en avril, le séjour rando en Normandie en mai et la visite du zoo de Beauval fin juin – et bien sûr en continuant à vous proposer nos activités et sorties hebdomadaires ou mensuelles.

L'ensemble des bénévoles de notre Association en charge de ces activités fait son maximum afin de vous contenter, mais ne peut tout maîtriser, par exemple l'absence momentanée ou définitive d'un intervenant, la non disponibilité d'une salle, etc ... Soyez indulgents et n'hésitez pas à les aider.

Enfin nous vous avons demandé de nous communiquer dans la mesure du possible une adresse mail pour vous faire parvenir ce bulletin (économie de temps pour la secrétaire, et d'argent pour l'Association) ; cela nous permet également de vous donner des informations pratiques entre deux bulletins. Si vous ne recevez rien, signalez-le par mail à:diffusion.[destidemain@orange.fr](mailto:destidemain@orange.fr)

Beau printemps à tous,

Bien cordialement,

Votre Présidente,  
Jocelyne Lemerle

Adresse postale : 28 bis, quai des martyrs de la Résistance- 78700 Conflans Ste Honorine 01 39 72 33 45 (répondeur)  
Siège social : Hôtel de Ville – 63, rue Maurice Berteaux-78703 Conflans Ste Honorine Cedex

[www.destination-demain-conflans.fr](http://www.destination-demain-conflans.fr)

Association 1901-N° SIRET : 429 044 035 000 13 code APE : 9499

## Complément d'information à la plaquette

**DESTINATION DEMAIN Décline toutes responsabilités en cas d'accident lors d'une activité.**  
**Chacun est responsable de ses actes.**

**1-Randonnées :** responsable Christian Lescop ☎ 06 35 27 67 03 Adjoint Dany Hardy ☎ 06 65 34 32 61:

Parcours adaptés de 4 à 12 km environ, une à deux fois par mois, le mercredi

Inscription : Maison de Quartier de Chennevières de 9h30 à 10h30 le 1<sup>er</sup> mercredi matin de chaque mois.

**Séjours randonnées :** responsables Jacques Brillu ☎ 06 96 8706 15 Marinette Arnould ☎ 06 84 57 85 53 Environ une semaine une ou deux fois par an.

**2-Marche Nordique ( Joseph Crespo) responsable :** Jocelyne Lemerle\_☎ 07 71 80 35 29

Suite au départ de Joseph, la marche nordique continue, mais sans coach aux horaires habituels (lundi et jeudi de 9h30 à 11h30). Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à me contacter pour plus d'informations.

**Renfort musculaire :** responsable Jocelyne Lemerle\_☎ 07 71 80 35 29

Suite au départ de Joseph, le cours de renforcement musculaire du vendredi matin sera remplacé à compter du début mars 2024 par un cours le jeudi après-midi de 15h30 à 16h30 encadré par Hélène Coste salle Bouyssel.

Vous pouvez vous inscrire pour ce dernier trimestre : il reste de la place, coût 42 €. Contactez moi pour plus d'informations.

**3-Pétanque :** responsable Jean-Pierre Lefebvre ☎ 06 16 71 65 28 adjointe : Annie Daunas ☎ 01 39 19 94 74

Le 13 février 2024, nous avons fêté à notre façon la journée mardi gras avec au programme : déguisements, crêpes ...et pétanque. D'autres manifestations sont prévues : tournois, concours de tir et de pointage, journée rando et pétanque, et bien entendu notre repas annuel fixé au vendredi 26 avril 2024. Vous recevrez toutes les informations en temps voulu. N'hésitez pas à venir nous rejoindre sur le terrain de boules les mardis et vendredis.

**4- Bowling :** responsable Gilles Jobard ☎ 01 39 19 53 82

S'inscrire par internet [jobard.gilles@wanadoo.fr](mailto:jobard.gilles@wanadoo.fr) ou par ☎06 80 15 49 49

Voici les dates retenues pour le trimestre à venir :

Rappel le jeudi 28 mars

Avril : jeudi 4 et mardi 30

Mai : mardi 7 et jeudi 23

Juin : jeudi 6 juin.

Une invitation vous sera envoyée par internet quelques jours avant chaque date.

**5-Chorale :** Mauricette Jacob ☎ 06 03 16 36 52

La chorale travaille en ce moment, en prévision de !!!

Nous venons de commencer le programme pour un concert de fin d'année qui aura lieu le dimanche 23 juin 2024 à 17 h dans l'Eglise St Maclou Conflans. Pour les amateurs qui voudraient se greffer à nous, il est encore possible de s'inscrire.

**6-Qi gong :** responsable Marinette Arnould ☎ 06 84 57 85 53

A compter de début avril, suppression du cours du jeudi après midi.

**7- gym douce :** responsable Micheline Gautier ☎ 06 74 03 58 80

Suite au départ de Joseph, Hélène Costes assurera les cours de gym douce parc du prieuré salle Bouyssel à partir de 4 avril 2024 de 14h à 15h15.

## ACTIVITES CULTURELLES

### **8- Sorties Culturelles :**

Marlène Angerand ☎ 01 39 74 49 98, Micheline Gautier ☎ 06 74 03 58 80, Sylviane Genty ☎ 06 20 22 55 42  
Visite de Musée, de sites, de monuments...une, parfois deux fois par mois, en principe le jeudi.  
Sorties spectacles (Poissy, Paris, Rueil Malmaison etc.)

### **9-Informatique : responsable Robert Bernard tel : 01 34 90 95 50** 12, place Romagné à Conflans

Joël Angerand ☎ 01 39 74 49 98

Secrétaire : Maryse Chancrogne ☎ 06 76 70 02 42 email ([maryse.chancrogne@numericable.fr](mailto:maryse.chancrogne@numericable.fr))

Sur simple rendez-vous, les séances d'aides individuelles sont toujours possibles (retouches photos internet, bureautique, montages vidéos, sauvegardes miroir, scanner de diapositives, de pellicules et de films 8 ou S8, clones, sur W10, W11, et Android). La migration vers W11 cherche à s'imposer  
Aide individuelle personnalisée sur PC ou smartphone (séance 10 €).

**-Photos : responsable : Maryse Chancrogne ☎ 06 76 70 02 42** email ([maryse.chancrogne@numericable.fr](mailto:maryse.chancrogne@numericable.fr)) tarif : 20€ pour les sorties mensuelles.

### **Sorties photos : thèmes proposés :**

Le 26 mars : « Etang de la Galiotte » Carrières sous Poissy dans le Parc du Peuple de l'Herbe.

Le 23 avril : « l'Abbaye de Royaumont »

Le 14 mai : « Le Jardin d'acclimatation » Places limitées

Inscriptions : téléphoner à Maryse.

---

### **Nouvelles propositions :**

Nous vous proposons d'essayer une nouvelle activité, le **stretching**.

Une nouvelle intervenante au sein de Destination Demain, Hélène Coste, fera trois cours les dernières semaines de mars, soit les 12, 19 et 26 mars à la salle Bouyssel Parc du Prieuré de 16h à 17 h.

Si vous êtes intéressés, je vous demanderai de m'adresser un message au **07 71 80 35 29 Jocelyne Lemerle**, sachant que le nombre de place sera limité à 20 personnes.

En l'absence de Catherine, professeur de Pilate et Zumba, nous vous proposons également de participer gratuitement à un cours de Qi Gong, un mardi après-midi afin de découvrir cette activité (gymnastique douce et lente issue de la médecine chinoise).

Si vous êtes intéressés, merci de contacter Marinette Arnould. Pour plus d'informations : [marinettearnould@orange.fr](mailto:marinettearnould@orange.fr)

**ACTIVITES : avril, mai, juin 2024**  
**INSCRIPTIONS MAISON DE QUARTIER DE CHENNEVIERES rue du Maréchal Ney**

**le mercredi MATIN de 9h30 à 10h30**

**RANDONNEES**

**Responsables :** Christian Lescop 06 35 27 67 03 Adjoint Dany Hardy. 06 65 34 32 61

DATES	SORTIES	INSCRIPTION	DUREE*	PRIX
Mercredi 24 avril 2024	Villorceaux	Mercredi 3 avril 2024	11 à 13 kms	9,50 € avec car
Mercredi 15 mai 2024	Lieu à définir avec rando pétanque et pique-nique	Mercredi 1er mai 2024	11 à 13 kms*	18 € avec car
Mercredi 12 juin 2024 *	Chantilly avec repas le soir Restaurant à Senlis	Mercredi 1 <sup>er</sup> mai 2024 Choix du menu à l'inscription	11 à 13 km*	60 € en car et resto
Semaine rando	Séjour Evian	Mercredi 5 juin Solde séjour 620 €		
Mercredi 24 juillet 2024	Lieu à définir selon météo avec pique-nique Rdv 10 h parking piscine		Covoiturage	
Mercredi 21 août 2024	Lieu à définir selon météo avec pique-nique Rdv 10 h parking piscine		Covoiturage	

\* Vu le nombre de places au restaurant, le soir (50 personnes), l'inscription sera donnée en priorité aux marcheurs puis selon le nombre, il sera possible d'accepter des non randonneurs/visiteurs dans Chantilly.

**SORTIES CULTURELLES**

DATES	SORTIES	INSCRIPTION	PRIX	RESPONSABLES
Jeuudi 4 avril 2024 Après-midi	Paris Quartier du Gros Caillou Avec conférencière			Marlène Angerand 06 12 35 57 42
Samedi 27 avril matin	2 <sup>ème</sup> date pour L'Hôtel de la Païva Avec conférencière			Marlène Angerand 06 12 35 57 42
Mercredi 8 mai 2024 Après-midi	Visite du cimetière du Père Lachaise Avec conférencière	Mercredi 3 avril 2024	11 €	Marlène Angerand 06 12 35 57 42
Samedi 18 mai Après-midi	Le Conseil d'Etat Avec conférencière			Marlène Angerand 06 12 35 57 42
Mercredi 5 juin Après-midi	Visite du Jardin des Plantes Avec conférencière	Mercredi 1 <sup>er</sup> mai 2024	11 €	Marlène Angerand 06 12 35 57 42

. Ce cimetière était la nécropole de la prestigieuse et la plus visitée. Au fil des chemins verdoyants, nous croiserons les sépultures d'hommes et de femmes reposant au cimetière : Colette, Musset, Balzac, Piaff et tant d'autres.

Création en 1935 du jardin royal des plantes médicinales qui devint grâce à Buffon et Daubenton un véritable centre de recherches. Aujourd'hui des beaux bâtiments musées, un jardin alpin, des serres ....

En prévision pour le mois de mai ou juin, visite avec conférencier de l'exposition Paris 1874. Inventer l'impressionnisme.

2024 célébrera les 150 ans de l'impressionnisme et pour l'occasion le Musée d'Orsay organise une grande rétrospective incontournable des chefs d'œuvres du mouvement.

Prix maximum : 26 €

Toutes les informations vous seront données par l'intermédiaire d'une annonce par internet et sur le site de Destination

Demain.