

# PLAQUETTE D'INFORMATION

## Des activités de l'association



Association loi 1901, fondée le 23 septembre 1993, sous le N° 3/07213  
N° de siret 429044035000 13 - Code APE 9499Z  
Adresse : 28 bis quai des martyrs de la résistance  
Siège social : Hôtel de ville 63 rue Maurice Berteaux  
78700 Conflans Sainte Honorine  
Site web : <http://www.destination-demain-conflans.fr>

### MEMBRES DU BUREAU 2025

Présidente	Jocelyne Lemerle	07 71 80 35 29
Vice-Président	Gilles Jobard	06 80 15 49 49
Trésorier	Joël Angerand	06 11 20 78 03
Trésorier adjoint	Christian Lescop	06 35 27 67 03
Secrétaire	Djamila Clément	06 31 96 60 05
Secrétaire Adjointe	Colette Jobard	07 86 54 44 74

L'association s'adresse aux  
retraités et préretraités

La cotisation annuelle est de 26,50€

### VOTRE ATTENTION

Bien lire les bulletins trimestriels ou consulter le site internet  
en cas d'éventuelles modifications

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

A conserver pour la saison  
2025/2026

# Activités Sportives

## Aquagym - Piscine

Responsable : Marlène Angerand

01 39 74 49 98 ou 06 12 35 57 42 « [marlene.angerand@laposte.net](mailto:marlene.angerand@laposte.net) »

**Aquagym** : lundi de 15h15 à 16h, le mardi et vendredi 15h05 à 15h50 (hors vacances scolaires et jours fériés)

**Tarif : 100€** payable en 3 chèques (ordre Destination Demain) plus un chèque de caution de 6€ pour la carte magnétique. Certificat médical recommandé.

Nous vous rappelons que les personnes ne désirant plus venir à cette activité doivent rendre leur carte d'accès. A défaut leur chèque de caution sera encaissé en novembre de l'année en cours.

**Reprise des cours le 22 septembre 2025**

**Piscine** : le lundi entrée entre 16h00 et 16h20, sortie à votre convenance (sauf vacances scolaires et jours fériés).

**Tarif : 30€** et un chèque de caution pour la carte de 6€.

**Reprise des cours le 22 septembre 2025**

## Bowling

Responsable : Gilles Jobard

06 80 15 49 49 | « [jobard.gilles@wanadoo.fr](mailto:jobard.gilles@wanadoo.fr) »

Rendez-vous deux fois par mois le jeudi ou le mardi au bowling de Franconville . S'inscrire par mail ou par téléphone.

**Reprise le jeudi 02 octobre 2025**

## Golf

Responsable : Jean-Pierre Lachenal

07 55 67 24 20 ou « [ddgolfjp@gmail.com](mailto:ddgolfjp@gmail.com) » ;

Adjoint : Christian Paineau « [chriss78.cp@gmail.com](mailto:chriss78.cp@gmail.com) »

Horaires suivants les saisons, matin ou après-midi

Forfait (à contracter au golf de Vauréal) donnant accès à 6 golfs : Vauréal, Gadancourt, Chantilly, les Templiers, Saint Ouen l'Aumône, Bellefontaine. Ou bien acheter ses greens fees à chaque partie.

## Gymnastique Adaptée

Responsable : Micheline Gautier

06 74 03 58 80 « [michelinegautier@free.fr](mailto:michelinegautier@free.fr) »

Salle Bouyssel : le jeudi de 14h15 à 15h15. Encadrante Hélène Coste (hors vacances scolaires et jours fériés).

Gymnastique, renforcement musculaire et adaptés.

**Tarif : 126€** payable à l'année ou 3 chèques obligatoires de 42€ à remettre le jour de l'inscription.

**Reprise des cours le 22 septembre 2025**

## Marche Nordique

Responsable Jocelyne Lemerle

07 71 80 35 29 « [jocelyne.lemerle12@gmail.com](mailto:jocelyne.lemerle12@gmail.com) »

## Pêche

Responsable : Joël Angerand

06 11 20 78 03 « [joel.angerand@neuf.fr](mailto:joel.angerand@neuf.fr) »

La section propose des sorties pêche sans permis sur des étangs proches de Conflans.

## Pétanque

Responsable : Jean Pierre Lefebvre

06 16 71 65 28 « [jean-pierre.lefebvre84@orange.fr](mailto:jean-pierre.lefebvre84@orange.fr) »

Adjointe : Annie Daunas 06 30 74 58 77

Tous les jours de la semaine de 14h à 18h rue de la Justice à Conflans  
Deux jours préférentiels réservés à Destination Demain : mardi et vendredi.

## Pilates

Responsable : Christiane Trognon

06 35 53 71 13 « [cf.trognon@gmail.com](mailto:cf.trognon@gmail.com) »

Salle Bouyssel le lundi de 17h00 à 18h00 ou le jeudi de 16h45 à 17h45 (encadrante Catherine Baillon)

**Tarif : 126€** payable en 1 fois ou 3 chèques obligatoires de 42€ à remettre le jour de l'inscription.

**Reprises des cours les lundi 15 ou jeudi 18 septembre 2025**

## Qi Gong

Responsable : Marinette Arnould

06 84 57 85 53 « [marinette.arnould@gmail.com](mailto:marinette.arnould@gmail.com) »

Gymnastique chinoise de santé salle Bouyssel – le mardi de 10h00 à 11h30 (sauf vacances scolaires et jours fériés)  
25 personnes par cours. Encadrante Sophie IKONOMOU

Tarif : 150€ payable à l'année ou 3 chèques obligatoires de 50€ à remettre le jour de l'inscription.

Reprise des cours le 16 septembre 2025

## Randonnées

Responsable : Christian Lescop

06 35 27 67 03 « [lescop.christian@sfr.fr](mailto:lescop.christian@sfr.fr) »

Adjoint : Dany Hardy 06 65 34 32 61

Parcours adaptés de 4 à 12 km environ, une à deux par mois, le mercredi. Approche en covoiturage ou en car.  
Inscription : Maison de Quartier de Chennevières Le 1<sup>er</sup> mercredi de chaque mois de 9h30 à 10h30.

Séjours : environ une semaine, une à deux fois par an.

Jacques Brillu 06 15 05 96 87 « [jacques.brillu@wanadoo.fr](mailto:jacques.brillu@wanadoo.fr) »

Marinette Arnould 06 84 57 85 53 « [marinette.arnould@gmail.com](mailto:marinette.arnould@gmail.com) »

## Stretching

Responsable : Jocelyne Lemerle

07 71 80 35 29 « [jocelyne.lemerle12@gmail.com](mailto:jocelyne.lemerle12@gmail.com) »

Le jeudi 15h30 à 16h30 (encadrante Hélène Coste) salle Bouyssel (sauf vacances scolaires et jours fériés)

Condition d'inscription tarif 126€ payable à l'année ou 3 chèques obligatoires de 42€ à remettre le jour de l'inscription.

Reprise des cours le jeudi 18 septembre 2025 – fin des cours le jeudi 25 juin 2026

## Tai Chi Chuan

Responsable : Marinette Arnould

06 84 57 85 53 « [marinette.arnould@gmail.com](mailto:marinette.arnould@gmail.com) »

Salle Bouyssel : le mardi de 11h30 à 12h30.

(hors vacances scolaires et jours fériés). Encadrante Sophie IKONOMOU.

Tarif : 126€ payable à l'année ou 3 chèques obligatoires de 42€ à remettre le jour de l'inscription.

Reprise des cours le 16 septembre 2025

## Tennis de Table

Responsable : Dominique Guyenet

06 08 33 60 56 « [guyenetdominique@gmail.com](mailto:guyenetdominique@gmail.com) »

Adjointe : Annie Daunas 06 30 74 58 77

Gymnase Joffre -1<sup>er</sup> étage – salle spécifique au tennis de table.

Samedi et dimanche de 9h00 à 12h30 ; mercredi de 15h00 à 17h15 ; jeudi de 17h15 à 20h15

Reprise des cours le 01 septembre 2025

## Zumba

Responsable Jocelyne Lemerle

07 71 80 35 29 « [jocelyne.lemerle12@gmail.com](mailto:jocelyne.lemerle12@gmail.com) »

Le lundi 15h45 à 16h45 (encadrante Catherine Baillon) salle Bouyssel (sauf vacances scolaires et jours fériés)

Tarif : 126€ payable en 1 fois ou 3 chèques obligatoires de 42€ à remettre le jour de l'inscription.

Reprise des cours le lundi 15 septembre 2025 – fin des cours le lundi 29 juin 2026

## Activités Culturelles

### Allemand

Responsable : Cécile Berthet ancien professeur d'allemand

06 77 85 59 75 « [cecile.berthet@orange.fr](mailto:cecile.berthet@orange.fr) »

Les cours ont lieu à la maison de quartier de Chennevières.

Le jeudi de 9h à 10h15 pour les faux débutants : consolidation des bases grammaticales et approfondissement du vocabulaire.

Le jeudi de 10h15 à 11h30 : cours de conversation pour les confirmés

Reprise des cours le 10 septembre 2025

## Chorale

Responsable : Colette Jobard

07 86 54 44 74 « [jobard.gilles@wanadoo.fr](mailto:jobard.gilles@wanadoo.fr) »

Conservatoire de musique 74 rue Désiré Clément Conflans le vendredi de 13h45 à 15h45

Tarif : 99€ payable à l'année ou 3 chèques obligatoires de 33 € chacun à remettre le jour de l'inscription.

Reprise des cours le 26 septembre 2025

## Culturelles (sorties)

Responsable : Marlène Angerand

01 39 74 49 98 ou 06 12 35 57 42 « [marlene.angerand@laposte.net](mailto:marlene.angerand@laposte.net) »

Visites de musées, de monuments, etc...une, ou deux fois par mois, en principe le jeudi, en transport en commun.

Tarif : selon les sorties.

## Informatique

Responsable : Robert BERNARD

06 21 93 20 62 « [pierrobernard@gmail.com](mailto:pierrobernard@gmail.com) »

Local : 12, place Romagné à Conflans.

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

## Jeu de Cartes (tarots)

Responsable : Jacques BRILLU

06 15 05 96 87 « [jacques.brillu@wanadoo.fr](mailto:jacques.brillu@wanadoo.fr) »

Deux à trois mercredis par mois, matin (9h30-12h00) maison de quartier de Chennevières  
ou après-midi (14h00-17h00) salle des Maréchaux selon disponibilités des salles.

## Photo

Responsable : Maryse Chancrogne

06 76 70 02 42 « [maryse.chancrogne@numericable.fr](mailto:maryse.chancrogne@numericable.fr) »

Tarif : 20€ reprise le 25 septembre 2025

## Scrabble

Responsable : Annie Daunas

01 39 19 94 74 ou 06 30 74 58 77 « [annie.daunas@wanadoo.fr](mailto:annie.daunas@wanadoo.fr) »

Le jeudi à partir de 9h30 à 11h00 salle Nelson Mandela à Conflans (Quartier des Roches)

Reprise le jeudi 17 septembre 2025

## Spectacle

Responsable : Micheline Gautier

06 74 03 58 80 « [michelinegautier@free.fr](mailto:michelinegautier@free.fr) »

Sorties spectacles (Paris, Evreux, autres...).

## Voyage - Escapade

Coordinatrice : Jocelyne Lemerle

07 71 80 35 29 « [jocelyne.lemerle12@gmail.com](mailto:jocelyne.lemerle12@gmail.com) »

Joël Angerand 06 11 20 78 03, Micheline Gautier 06 74 03 58 80, Gilles Jobard 06 80 15 49 49

A l'étranger et en France, voyages culturels, circuits découvertes, séjours détente.

## Evènements à Destination Demain

Organisateurs : Colette et Gilles Jobard

06 80 15 49 49 | « [jobard.gilles@wanadoo.fr](mailto:jobard.gilles@wanadoo.fr) »

Mardi 28 novembre 2025 - Assemblée générale, suivie de la présentation des voyages et randonnées

Mercredi 31 décembre 2025 - Réveillon de la Saint Sylvestre

Jeudi 15 janvier 2026 - Galette des Rois

Mardi 17 mars 2026 - Repas annuel