



# Centre Social et Culturel Domontois

## Projet Générations seniors

### PORTRAIT

CHRISTIANE

76 ANS

RETRAITÉE DEPUIS

16 ANS



« Je suis née à Domont. Je faisais du bénévolat à 200% dans le club de cyclisme crée par mon grand-père. On venait à l'époque au centre Georges Brassens pour des fêtes associatives et familiales.

J'ai toujours pratiqué du sport et principalement le vélo.

En septembre 2011, j'ai commencé la gym seniors au centre suite aux décès de ma mère et de mon mari.

J'y ai trouvé ce que je cherchais et personne ne me connaissait, ce qui était important pour moi.

Je voulais retrouver une certaine sérénité, comme un petit cocon.

Je suis venue avec deux amies. Le gym seniors a débuté très lentement puis lorsque le groupe s'est agrandi, j'ai trouvé un bon accueil, un entourage qui me convenait. C'est convivial et familial ! C'est pas très loin de chez moi et les prix sont corrects.

En vieillissant, le cours de Josy me convient mieux. Je continue à faire du vélo en vacances et de la marche à pieds. J'ai fait de nouvelles connaissances, très agréables qui apportent une ouverture que je n'aurais pas eue sans le centre. On se voit en dehors, autour d'un « tea time » !

Je suis maintenant bénévole au cours de français depuis 3 ans. Au départ je voulais faire l'aide aux devoirs puis après réflexion, j'ai plutôt penché pour l'alpha pour aider les gens à s'insérer, à s'intégrer. Je suis issue d'une famille d'immigrés donc j'estimais qu'il fallait donner !

J'aime bien être occupée et je n'aime pas les échecs ! J'ai fait toutes les formations d'alphabétisation et laïcité proposées par le centre. C'était très enrichissant ! Ça m'a toujours apporté quelque chose que je pouvais transmettre.

C'est une richesse de pouvoir faire ça !

Les repas partagés organisés par le centre, c'est très sympa. Il y a des échanges de tous horizons. Chacun apporte quelque chose.

Je suis aussi au conseil des seniors.

Les animations proposées sont ouvertes à tous et c'est important d'accueillir ceux d'à côté, des communes voisines. Il n'y a pas de clivage.

J'ai trouvé ici, une chaleur humaine, une disponibilité et on peut discuter librement ! C'est très accueillant et Rehana est une référente très dynamique ! »

### CENTRE GEORGES BRASSENS

46 rue Aristide Briand  
95330 Domont

Téléphone : 01 39 91 50 69

Messagerie : [contact@centregorgesbrassens.fr](mailto:contact@centregorgesbrassens.fr)

