

LA SAISON DES SENIORS



PROGRAMME DES ACTIVITÉS

septembre 2020 - août 2021



Chère Madame, Cher Monsieur,

En raison de la grave pandémie qui a frappé notre pays cette année, toute la programmation a été annulée, à notre grand regret, mi-mars. Vous retrouverez donc dans cette nouvelle saison un certain nombre d'événements reportés. Il est possible que pour certains, un protocole sanitaire particulier soit encore imposé mais nous espérons qu'il n'impactera pas trop les belles propositions de votre CCAS.

Vos rendez-vous traditionnels vous attendent : goûter-loto, marché de Noël, repas de fin d'année, goûter de printemps, sortie à la mer et séjour.

Vous retrouverez vos ateliers de gymnastique ou d'informatique, mais serez surpris dans vos sorties par de nouvelles aventures, comme le survol de notre ville et de ses alentours en avion !

Les trajets et horaires de la navette municipale sont modifiés afin de proposer un arrêt supplémentaire à l'île Belle les lundis et vendredis et au domaine Berson les vendredis pour vous permettre de profiter de la bibliothèque.

Très belle saison à toutes et à tous.



CÉCILE ZAMMIT-POPESCU
Maire
Président du CCAS
Vice-président de la CU GPS&O
Conseiller départemental des Yvelines



JEAN-CLAUDE BROSSARD
Adjoint au Maire délégué aux Seniors

SÉJOUR

SOLIDARITÉ

ATELIERS

SORTIES

ASSOCIATIONS

CONVIVALITÉ

CITOYENNETÉ

ATELIER DU MAÎTRE VERRIER WLADIMIR GRÜNBERG

Mardi 15 septembre 2020

PONT-DE-L'ARCHE



Venez vous familiariser au métier de maître verrier auprès de Wladimir Grünberg qui a acquis son savoir-faire auprès de la Maison du Vitrail à Paris. Vous découvrirez les gestes ancestraux permettant de travailler le verre.

- départ commerces de Paradis : 13h •
- départ quai de l'Arquebuse : 13h15 •
- retour prévu entre 18h et 19h • 19,10€ par personne •
- inscription à partir du 1^{er} septembre 2020

MANÈGE DE TILLY

Jeudi 19 novembre 2020

EVREUX

Vous pourrez assister au sein du manège de Tilly, qui faisait partie de l'ancienne caserne militaire du 19^{ème} siècle, à un spectacle équestre autour de l'histoire poétique et romanesque d'une meneuse de revue des années folles, tout en dégustant un délicieux repas.



départ commerces de Paradis : 10h •
départ quai de l'Arquebuse : 10h15 •
retour prévu entre 18h et 19h • restauration sur place •
52€ par personne • inscription à partir du 19 octobre 2020

MARCHÉ DE NOËL D'ARRAS

Mardi 15 décembre 2020

ARRAS



Dans un cadre idyllique, vous pourrez flâner le long des allées bordées de chalets tout en admirant les maisons aux pignons baroques flamands de la Grand'Place. Vous pourrez également partir à la découverte du beffroi classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Il vous sera possible de découvrir des spécialités locales, telles que l'andouillette d'Arras, la porcelaine au bleu d'Arras ou le Rat en chocolat.

- départ quai de l'Arquebuse : 6 h 45 •
- départ commerces de Paradis : 7 h •
- retour prévu entre 19h et 20h •
- restauration sur place • 30€ par personne •
- inscription à partir du 16 novembre 2020

ACADÉMIE ÉQUESTRE

Mardi 2 février 2021

VERSAILLES

Venez découvrir cette école fondée par Bartabas située dans les anciennes écuries royales, lieu d'exception dans un cadre somptueux. Cette visite vous permettra d'appréhender les différents espaces de travail, les différentes techniques et outils utilisés pour monter à cheval.



départ commerces de Paradis : 13h •
départ quai de l'Arquebuse : 13h15 •
retour prévu entre 18h et 19h • 14,50€ par personne •
inscription à partir du 11 janvier 2021

MUSÉE DE L'AIR ET DE L'ESPACE

Mardi 16 mars 2021

LE BOURGET

Lors de cette visite vous découvrirez le domaine de l'aéronautique, tant bien militaire que civil. Cette visite vous permettra de retracer l'histoire de l'aviation avec une collection comprenant des avions datant d'avant 1900. Elle vous dévoilera également les secrets de la conquête spatiale.

départ quai de l'Arquebuse : 13h •

départ commerces de Paradis : 13h 15 •

retour prévu entre 18h et 19h • 12,50€ par personne •

inscription à partir du 22 février 2021.



© Ville de Meulan-en-Yvelines

DOMAINE
DE CHANTILLY
17 septembre 2019



CITÉ DE
LA CÉRAMIQUE
4 février 2020

© Ville de Meulan-en-Yvelines



ZOO DE THOIRY

Mardi 13 avril 2021

THOIRY

Lors de cette journée, vous aurez l'occasion d'être au plus près des animaux évoluant dans la réserve africaine qui se visite en bus et de parcourir à pieds les belles allées du château occupées par le zoo. Il vous sera possible de découvrir 90 espèces animales sur un parc de 150 hectares.

- départ quai de l'Arquebuse : 7 h 30 •
- départ commerces de Paradis : 7 h 45 •
- prévoir un pique-nique ou restauration sur place •
- retour prévu entre 18 h et 19 h • 23,50 € par personne •
- inscription à partir du 22 mars 2021



DOMAINE DE TRIANON

Mardi 18 mai 2021

VERSAILLES



Laissez-vous charmer par ce lieu intimiste loin de l'agitation du Château de Versailles. Vous apprécierez le havre de paix qu'est le Grand Trianon. Vous admirerez l'élégance du Petit Trianon et la beauté de son jardin anglais. Pour clôturer cet après-midi, vous serez séduits par le Hameau de la Reine, véritable petit village normand.

- départ commerces de Paradis : 13h •
- départ quai de l'Arquebuse : 13h 15 •
- retour prévu entre 18h et 19h • 10,50€ par personne •
- inscription à partir du 19 avril 2021

JOURNÉE À AMIENS

Jeudi 17 juin 2021

AMIENS



Le matin, vous pourrez partir à la découverte des incontournables de la ville d'Amiens. Votre promenade vous amènera peut-être sur le parvis de la cathédrale gothique, classée au patrimoine mondial de l'Unesco, en haut du beffroi ou encore à l'entrée de la maison de Jules Verne. L'après-midi, vous pourrez profiter de la fraîcheur de l'eau en vous laissant porter lors de la découverte des hortillonnages, également appelés la "Venise Verte du Nord", en barques traditionnelles à fond plat.

départ commerces de Paradis : 7h •

départ quai de l'Arquebuse : 7h15 •

retour prévu entre 18h et 19h • 35€ par personne •

inscription à partir du 25 mai 2021

SORTIE À LA MER

Jeudi 1^{er} juillet 2021

DIEPPE

1^{ère} station balnéaire apparue il y a 200 ans sur les côtes françaises, Dieppe vous offre un front de mer dont la promenade s'étire sur 1500 mètres. Ce lieu très prisé des touristes vous permettra de contempler les falaises ainsi que le château daté du 14^{ème} siècle.

départ commerces de Paradis : 7h30 •

départ quai de l'Arquebuse : 7h45 •

retour prévu entre 19h et 20h • 18€ par personne •

inscription à partir du 7 juin 2021



LES CHÂTEAUX DE LA LOIRE

Du 7 au 11 juin 2021



© Léonard de Serres - ADT Touraine

Venez découvrir ou redécouvrir la beauté des châteaux du Val de Loire classé au Patrimoine mondial de l'Humanité ! Votre périple commencera par la visite du château royal d'Amboise, joyau architectural de la Renaissance. Il se poursuivra par la découverte de la Forteresse royale de Chinon dans laquelle Jeanne d'Arc rencontra le roi Charles VII. Vous pourrez également admirer la majestueuse architecture du château de Chenonceau qui enjambe le Cher. Un peu de féerie avec la visite du château d'Azay-le-Rideau et son miroir d'eau. Ce séjour se clôturera par la visite du Clos Lucé, classé aux Monuments Historiques et dernière demeure du génie Léonard de Vinci.

séjour en pension complète • transport en bus •
moitié du coût du séjour prise en charge par le CCAS •
tarifs communiqués lors de la réunion d'information
le 2 février 2021 à 18h, salle Valéry

© Gillard et Vincent



© Gillard et Vincent



FORMATION TABLETTE NUMÉRIQUE

Tous les lundis et jeudis du 31 août au 2 octobre 2020
HÔTEL DE VILLE

Pour la deuxième année consécutive, l'association DELTA dispensera cette formation. Elle abordera aussi bien la manipulation pratique de la tablette que l'apprentissage de la navigation sur Internet, l'usage des mails, des photos ainsi que de nombreux services en ligne.

gratuit

GYM ÉQUILIBRE

Les vendredis de 10h à 11h et de 11h à 12h
du 11 septembre 2020 au 11 juin 2021
(hors périodes de vacances scolaires)
GYMNASSE DES ANNONCIADES

Il ne s'agit pas de séances de gymnastique, mais d'une action de prévention pour gagner en autonomie et motricité.

80€ par personne • atelier animé par Nadia Noblesse



GOÛTER LOTO

Mercredi 7 octobre 2020 de 14h à 17h

BERGERIE-FERME DU PARADIS

Vous êtes invités à sortir de chez vous et à venir partager un moment de détente et de convivialité avec l'équipe du CCAS en partenariat avec l'association Détente Loisirs Senior.

gratuit • Inscription à partir du 31 août jusqu'au 25 septembre 2020

VOL DE DÉCOUVERTE

Lundi 5 et jeudi 8 octobre 2020

AÉRODROME ROGER JANIN - LES MUREAUX



Expérience unique à ne pas manquer ! Vous pourrez découvrir ou redécouvrir le plaisir de voler et observer, vu du ciel, les paysages qui vous entourent.

transport assuré par le bus de la Ville (horaires précisés ultérieurement en fonction de la météo) • 35€ par personne • inscription à partir du 14 septembre 2020

REPAS DE FIN D'ANNÉE (OU COLIS DE NOËL)

Dimanches 29 novembre et 13 décembre 2020

BERGERIE - FERME DU PARADIS

Succès garanti chaque année ! Un repas préparé par la cuisine centrale municipale et servi par les élus dans la bonne humeur ! L'animation dansante sera assurée par l'orchestre de Manuela Chevalier.

Les personnes ne pouvant pas se déplacer recevront un colis (le mardi 8 décembre 2020).

gratuit • sur inscription



ON VOUS EMMÈNE AU CINÉMA

2^{ème} mardi de chaque mois à 14h

CINÉMA FRÉDÉRIC DARD - LES MUREAUX

Une fois par mois, c'est sortie cinéma !
Chaque projection est suivie d'un débat où chacun peut s'exprimer sur la (re)découverte des œuvres cinématographiques. Ces échanges se terminent par un moment convivial autour d'une collation.

participation 3,50€ • transport assuré par le bus de la Ville

GOÛTER SPECTACLE DU PRINTEMPS

Mardi 27 avril 2021

BERGERIE - FERME DU PARADIS

Événement devenu incontournable ! Quelques gourmandises et boissons chaudes seront servies durant le spectacle.

5€ par personne • inscription du 1^{er} au 31 mars 2021

BAINS DE MÉMOIRE ! PARTAGEZ VOS SOUVENIRS

19 septembre, 15 octobre, 5 novembre, 10 décembre,
4 février, 4 mars, 1^{er} avril, 6 mai et 3 juin
de 14h30 à 15h30

MAIRIE DE MEULAN - SALLE DU CONSEIL MUNICIPAL

Cycle de conférences sur Meulan à la belle époque.
Vidéo projections et échanges avec la salle.

gratuit • intervenant : Patrick Blond





CCAS
Meulan-en-Yvelines

10 place Brigitte Gros
78250 Meulan-en-Yvelines

tél. : 01 30 90 41 20
mail : ccas@ville-meulan.fr

www.ville-meulan.fr

Certaines de ces prestations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap, pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter le CCAS.

PLAN GRAND FROID ET PLAN CANICULE

Du 1^{er} novembre 2020 au 31 mars 2021
et du 1^{er} juin au 31 août 2021

Les personnes âgées et les personnes handicapées vivant à domicile peuvent, si elles le souhaitent, s'inscrire sur un registre nominatif auprès du CCAS. Cette inscription permet l'intervention ciblée des services sanitaires et sociaux en cas de déclenchement du plan d'alerte et d'urgence.

PORTAGE DE REPAS À DOMICILE

Toute l'année

Cinq jours par semaine (le vendredi incluant le portage de repas du week-end), un agent sillonne la commune pour livrer les repas. Les bénéficiaires peuvent choisir leur menu à partir des différentes options qui leur sont proposées chaque semaine.

Possibilité de commander des menus spéciaux en cas de régime : diabétique ou sans sel.

prix unitaire des repas : 6,60€ • demande auprès du CCAS

CARTE AMÉTHYSTE

Financé et attribué par le Conseil départemental des Yvelines pour faciliter la mobilité des personnes âgées dans les transports en commun, le titre Améthyste est à demander au Centre Communal d'Action Sociale.

Le CCAS vérifie la recevabilité de la demande en fonction des critères d'attribution et transmet celle-ci, accompagnée de pièces justificatives, à la Direction de l'Autonomie.

NAVETTE MUNICIPALE

Cette navette est à destination des seniors âgés de 70 ans et plus, elle est gratuite. Elle circule tous les lundis et vendredis matin (jours de marché). Pour obtenir la carte, vous pouvez vous présenter au CCAS muni d'une photo d'identité, de votre carte d'identité et d'un justificatif de domicile.

Nouveauté cette année :

- Un arrêt supplémentaire est créé à l'Île Belle (parking)
- Le vendredi, un arrêt avec aller et retour est prévu au Domaine Berson pour se rendre en bibliothèque
- Attention, les horaires sont modifiés

gratuit

TÉLÉASSISTANCE

Système destiné à faciliter le maintien à domicile des personnes âgées et/ou handicapées. Son fonctionnement est simple, en cas de problème (chute, malaise, ...), la personne âgée déclenche un appel vers une centrale d'écoute en appuyant sur la télécommande (médaillon, bracelet), qu'elle peut porter en permanence sur elle. Une fois le signal reçu, le centre d'écoute contacte la personne dépositaire des clés du domicile. En cas d'urgence ou de non-réponse de sa part (malaise par exemple), le centre d'écoute déclenche l'intervention de secours appropriée.

La demande d'abonnement se fait auprès du Centre Communal d'Action Sociale. Une fois le dossier complété, il est transmis au prestataire gestionnaire du dispositif.

abonnement mensuel 5,40€ • installation gratuite

VISITE À DOMICILE ET TRANSPORT À LA DEMANDE

Dans le cadre d'un partenariat entre le CCAS de Meulan-en-Yvelines et l'unité locale de la Croix-Rouge française, cette activité a pour objectif d'entretenir le lien social, de faciliter les démarches de la vie courante ou encore de favoriser le maintien à domicile. Cela se concrétise par des visites régulières au domicile des personnes âgées isolées pour leur consacrer un temps d'écoute et d'échanges et un service de transport à la demande (collectif ou individuel) de personnes dont la mobilité est réduite (sous conditions) pour faire ses courses, se rendre chez le médecin, en simple promenade ou au cimetière. Ce service n'est pas adapté aux personnes en fauteuil roulant, en déambulateur, nécessitant une aide particulière pour se déplacer ou présentant des troubles cognitifs. Le service est assuré par des bénévoles de la Croix-Rouge grâce à un véhicule offert par la Fondation PSA.

inscriptions exclusivement auprès du CCAS

COLOCATION INTERGÉNÉRATIONNELLE

Trouver un logement lorsqu'on est étudiant tient du parcours du combattant. Parallèlement, les seniors qui vivent dans un logement devenu trop grand sont parfois dans une solitude à laquelle peut s'ajouter un sentiment d'insécurité. La commune de Meulan-en-Yvelines, en partenariat avec l'association "ensemble 2 générations", souhaite retisser le lien intergénérationnel en favorisant le dialogue et la solidarité entre ces deux générations. Si vous êtes retraités et que vous êtes intéressés par le projet, vous pouvez vous rapprocher du CCAS.

CONSEIL DES SENIORS

Le Conseil des Seniors est né à Meulan-en-Yvelines en 2018. Il s'agit d'une instance de réflexion et de concertation impliquant les anciens Meulanais dans la vie de la collectivité sans orientation politique, religieuse ou syndicale. Représentatif de tous les quartiers de la ville, les membres composant ce Conseil émettent des avis et sont forces de proposition pour des actions dans l'intérêt général de la commune et de ses habitants.

Si vous souhaitez y participer, adressez votre candidature à l'attention de Madame le Maire en indiquant vos coordonnées et en précisant votre motivation.

ASSOCIATIONS

DÉTENTE LOISIRS SENIORS

les lundis
SALLE VALÉRY

les vendredis
MAISON DES ASSOCIATIONS

De nombreuses associations meulanaises proposent des activités accessibles aux seniors. Une association vous est toutefois dédiée : Détente Loisirs Seniors qui vous propose des travaux manuels, des jeux de société et le partage de moments de convivialité (goûters...).

renseignements au 06 31 19 17 64 (présidente)

Pour toute inscription,
merci de vous présenter au CCAS.

Nous vous rappelons qu'aucune réservation téléphonique pour vous ou une tierce personne ne sera prise en compte.