

# Seconde jeunesse à Combs n°22

Printemps 2019

## Édito

### Le renouveau printanier...

Après avoir profité de la chaleur du foyer familial cet hiver, aux premiers bourgeons, on repart.

Cette année 2019 est riche en nouveautés pour les seniors combs-la-villais. Un nouvel animateur, Jean-François, de nouveaux projets et animations...

Mais aussi un accent porté sur votre mobilité avec un panel d'options pour ceux qui veulent continuer de se déplacer librement, avec des dispositifs solidaires, communaux ou départementaux, pour vous soutenir.

Le printemps qui arrive est aussi l'occasion privilégiée pour sortir et profiter de la diversité de la nature qui nous entoure. Quelques pas de danse entre deux sorties, et vous serez parés pour l'été !

Patrick Sédard  
Maire-adjoint, chargé des  
Seniors, de l'Action sociale  
et du Logement



## Un nouveau printemps !

**p.1 Agenda du trimestre**

**p.2 Zoom sur Mobilité Seniors**

**p.3 Actus Un animateur, des projets / Et +... : Jeux**



# Agenda > Votre programme du trimestre

## À ne pas manquer...

De mars à juin 2019



**Les animations** sont ouvertes à tous les Seniors sans inscription. Vous pouvez pousser la porte de la salle d'animation du Pré aux Tilleuls, 1 allée René Lalique tous les mardis et jeudis de 14h à 17h30. Renseignez-vous auprès de l'animateur, Jean-François au 06 08 23 44 94.

### MARS

**Atelier « Danse en ligne »** Découverte de la danse Country et de la danse en ligne. Les vendredis : 14h30-15h30 pour les débutants et 15h45-16h45 pour les initiés. *Deux premières séances gratuites puis : 2€ par séance.*

**Découverte de notre environnement avec « Marcher autrement »** pour mieux découvrir l'espace urbain et forestier de notre territoire. Les lundis tous les quinze jours de 15h à 17h. Au programme : visite du parc Chaussy (découverte des aspects floristiques, faunistiques et ornithologiques), visite des expositions du château de la Fresnaye, visite du musée privé de la moto, marche d'orientation en forêt, échanges intergénérationnels, découverte de la marche nordique. Départ de la salle d'animation. *Gratuit.*



**Anniversaires Paloisel : Mercredi 20 mars** à 12h auront lieu les anniversaires du premier trimestre (janvier, février, mars) animés en chansons par l'association « Chanson dans l'air » pour les seniors participant aux repas des mercredis.

**Mercredi 19 juin** les anniversaires du deuxième trimestre (avril, mai, juin).

**Rencontre musicale : Mercredi 20 mars** de 14h30 à 16h30 à l'EHPAD « Les Patios de l'Yerres ». Découverte des chants d'autrefois animée par l'association « Chanson dans l'air » et les équipes d'animation de l'EHPAD et du service Seniors (jeux, danses et chants).

**Thé Dansant : Mardi 26 mars** de 14h30 à 18h : Démonstration de danse en ligne, initiation à la danse et animations diverses avec Jean-François et des taxi danseurs pour vous faire danser. *Tarif : 8,10€ (Combs-la-villais), 15,10€ (extérieurs), paiement sur place*

### AVRIL

« **Marcher autrement** » **Partage de l'espace public avec le PIJE : Lundi 1<sup>er</sup> avril** de 15h à 17h.

**Loto : mardi 2 avril** de 14h à 17h. Salle d'animation du « Pré aux Tilleuls ». *Participation de 3€/ personne ou don d'un lot de ce montant.*



**Conférence Mobilité Seniors : Jeudi 4 avril** de 14h à 17h. Rencontre avec les acteurs locaux de la mobilité et présentation du projet « Mon Copilote » à la salle d'animation du « Pré aux Tilleuls ». *Atelier Gratuit.*

**Atelier Prévention Sécurité Routière avec le PIJE : Jeudi 11 avril** de 14h30 à 16h30. Rappel des bases de la prévention routière dans le cadre de l'Atelier mémoire à la salle d'animation du « Pré aux Tilleuls ». *Gratuit.*

« **Marcher autrement** » **Sortie ornithologique en forêt de Sénart : Lundi 15 avril** de 15h à 17h

### MAI

« **Marcher autrement** » **Découverte des bords de l'Yerres : Lundi 20 mai** de 15h à 17h

« **Marcher autrement** » **Sortie botanique en forêt de Sénart : Lundi 24 juin** de 15h à 17h

**Sortie à la journée** en bus courant mai ou juin (à définir).

### JUIN

**Animation Chansons dans l'air mercredi 12 juin** à 14h30 par l'association « Chanson dans l'air » à l'EHPAD les Patios de l'Yerres.



G. Mann

## Différentes options pour vous déplacer

### Mon Copilote

Lancé en octobre 2018, mon Copilote est une plateforme de partage de trajets solidaires. Elle met en relation un Pilote (personne qui a des difficultés à se déplacer) et un Copilote (personne qui a envie d'agir pour la solidarité). Les trajets peuvent être réalisés par tout type de transport (à pied, en transport en commun ou en voiture). La plateforme est accessible en ligne et par téléphone. La mise en relation est payante pour les Pilotes (à titre d'exemple, 2€ par trajet sur le territoire de Sénart-Melun-Evry-Brie).  
www.mon-copilote.com  
07 67 01 80 55

**PAM77** (Pour Aider à la Mobilité) est un service public de transport collectif à la demande, destiné aux personnes à mobilité réduite en Île-de-France. Il est géré par FlexCité 77 pour le compte du Département de Seine-et-Marne. Ce service permet de se déplacer d'adresse à adresse dans l'ensemble de la région Île-de-France. Il bénéficie du soutien financier du Département de Seine-et-Marne, de la Région Île-de-France et du STIF.

Pour bénéficier de ce service, il faut :

- être titulaire d'une carte d'invalidité dont le taux est supérieur ou égal à 80%, sans condition d'âge,
- ou être titulaire d'une carte de stationnement pour personnes handicapées délivrée par le Ministère de la Défense
- ou être bénéficiaire de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)

Vous devez préalablement vous inscrire pour obtenir gratuitement une carte personnalisée.

Les réservations se font tous les jours (sauf le 1<sup>er</sup> mai) de 6h à minuit :

- par téléphone : 0810 0810 77 (numéro Azur) ou 01 64 10 69 00
- par courriel : contact@pam77.info
- par internet : www.pam77.info

Les réservations peuvent intervenir dans un délai allant de plusieurs semaines à 24 h avant le déplacement et sont également possibles jusqu'à une heure avant le déplacement (en fonction des disponibilités). Vous devez signaler l'éventuelle présence d'un accompagnateur ou d'un chien accompagnateur et donner toute information utile à Pam 77. Le service assure un transport d'adresse à adresse et, pour des raisons de sécurité, le personnel n'est pas habilité à porter les personnes. Les lieux doivent également être accessibles.

### Navette Seniors

À partir d'avril 2019, le mercredi matin entre 9h30 et 10h l'association Amitié Entraide vous propose une navette pour aller au centre commercial Intermarché. La prise en charge s'effectue au domicile. Ce service s'adresse aux personnes résidant à Combs-la-Ville âgées de 70 ans et plus.

Les personnes intéressées s'inscrivent auprès du service navette (cf. coordonnées ci-dessous). Les points de prise en charge sont modifiés pour s'approcher au mieux du domicile de chaque personne intéressée et définis lors de son inscription. Les inscrits peuvent accéder à ce service collectif et gratuit une fois par quinzaine.

Renseignement et inscription au 07 86 64 99 30.

## Plan et calendrier Navette Senior

Semaines paires		Semaines impaires
3 avril 2019		10 avril 2019
17 avril 2019		24 avril 2019
1er mai 2019		8 mai 2019
29 mai 2019		22 mai 2019
12 juin 2019		5 juin 2019
26 juin 2019		19 juin 2019
10 juillet 2019		3 juillet 2019
24 juillet 2019		17 juillet 2019
4 juillet 2019		31 juillet 2019
18 septembre 2019		11 septembre 2019
2 septembre 2019		25 septembre 2019
16 octobre 2019		9 octobre 2019
30 octobre 2019		23 octobre 2019
13 novembre 2019		6 novembre 2019
27 novembre 2019		20 novembre 2019
11 décembre 2019		4 décembre 2019
18 décembre 2019		18 décembre 2019

## L'air(e) Jean-François Lefranc.



Après avoir salué Damien Cimino qui fut votre animateur pendant 2 ans, nous souhaitons la bienvenue à Jean-François, notre nouvel animateur seniors.

Ancien travailleur indépendant sur les activités de pleine nature, cet amoureux de la verdure et du sport promet de proposer des activités variées et adaptées à tous.

Jean-François a travaillé au service des Sports de

Combs-la-Ville et connaît parfaitement le terrain ainsi que les larges possibilités qu'il offre.

Il vous proposera des projets aussi bien culturels que sportifs ou de loisirs, en sortant des cadres habituels. Vous pourrez compter sur son sens inné du contact.

Jean-François promet de vous surprendre dès cette année 2019, avec bon nombre de projets qu'il saura mener jusqu'à leur terme : exploitation du territoire et de ses richesses, ouverture sur les sorties de pleine nature, intergénérationnel, animations chantantes et dansantes, autant de belles surprises vous attendent !

Ses citations préférées :

« Ceux qui survivent ne sont pas les plus forts, ni les plus intelligents, mais ceux qui s'adaptent le mieux aux changements »

*Darwin*

« On ne peut s'empêcher de vieillir, mais on peut s'empêcher de devenir vieux. »

*Matisse*

## Et + > Jeux

Saurez-vous résoudre ce casse-tête de maths ?

Ces additions, à l'apparence étrange, cassent les règles habituelles des maths.

À première vue, on se demande pourquoi  $8+2 = 16106$  et pourquoi  $5+4$  font 2091.

OK, ça ne saute pas aux yeux tout de suite. Le but du jeu, c'est de trouver ce qui relie toutes ces équations...

Bon courage !

$$8+2=16106$$

$$5+4=2091$$

$$9+6=54153$$

$$7+5=35122$$

$$20+3=602317$$

Pour avoir la réponse il suffit d'écrire un mail à Jean-François

Pôle Social, CCAS Seniors

allée des Lutins

Tél. 01 64 13 45 28

Salle d'animation du Pré aux Tilleuls

1 allée René Lalique

Tél. 06 08 23 44 94

[jean-françois.lefranc@mairie-combs-la-ville.fr](mailto:jean-françois.lefranc@mairie-combs-la-ville.fr)