

Édito



Je tiens tout d'abord à remercier Isabelle Thenon pour son action et son implication tout au long de son mandat en tant qu'Adjointe chargée du lien intergénérationnel et de la petite enfance, qui part vers de nouvelles aventures. Nous lui souhaitons plein de bonheur pour la suite.

Élue lors des élections municipales du 15 mars dernier, Francisca Nonque nous rejoint pour ce nouveau mandat en tant qu'Adjointe chargée du lien intergénérationnel. Elle saura faire perdurer l'attention portée aux séniors et aux personnes vulnérables comme ce fut le cas ces derniers mois.

Garder le lien, faire attention aux autres et à soi, se retrouver et échanger ont été véritablement les fils conducteurs de nos actions lors de cette crise sanitaire.

L'équipe municipale et les services de la Ville ont entrepris de nombreuses actions pour lutter contre l'isolement des personnes les plus vulnérables tout au long de cette période.

Et nous tenons, Francisca et moi-même, à vous remercier pour l'élan de générosité et de solidarité que vous avez maintenu entre amis, familles et voisins.

Appels téléphoniques, activités à distance, visioconférences ont été mis en place afin de maintenir le contact. Toutes les énergies ont donc été mobilisées pour que chacun se sente en confiance et entretienne une dynamique d'épanouissement personnel.

Pendant la période de confinement, la plupart de vos habitudes, comme les repas à la

Miellerie, ont dû être interrompues. Vous avez été nombreux à nous solliciter ces dernières semaines pour que ces temps forts reprennent au plus vite.

C'est pourquoi, en ce début d'été, de nouveaux rendez-vous favorisant de joyeuses retrouvailles autour de deux grands moments conviviaux vont vous être proposés.

Tout d'abord, partager un pique-nique devant la Miellerie, en extérieur, le vendredi 3 juillet, tout en respectant les gestes « barrière ».

Puis, nous vous accueillerons tous les mercredis de juillet autour d'un repas qui se prolongera l'après-midi avec des jeux de société en remplacement de la Plaine de jeux d'été.

Et comme chaque été, les services de la Ville redoubleront de vigilance et d'écoute et relanceront la veille estivale permettant aux plus fragiles d'être soutenus et d'apporter à tous une aide attentive durant la période estivale.

Pour ce nouveau mandat, nous vous proposons une nouvelle lettre séniors dans laquelle vous pourrez retrouver toutes les informations utiles et un agenda pour planifier au mieux vos activités.

Soyez assurés de notre engagement à veiller sur chacun d'entre vous et à continuer de faire de Courdimanche une ville généreuse, une ville heureuse, une ville solidaire.

ELVIRA JAOUËN

Maire de Courdimanche
Conseillère Régionale d'Île-de-France

FRANCISCA NONQUE

Adjointe au lien intergénérationnel

RETOUR SUR UN CONFINEMENT SOLIDAIRE ET ACTIF

JOURNAL DE BORD D'UN SÉNIOR BIEN OCCUPÉ

Pendant le confinement, les Courdimanchois ont été invités à témoigner de ce qu'ils vivaient et ressentait en cette période inédite. Plusieurs séniors ont apporté leur contribution. Voici l'extrait de l'un des textes écrits par un sénior montrant que confinement et activités ne sont pas antinomiques.

« Mon cas est assez particulier en ce sens que je vis seul et que j'ai pris depuis longtemps l'habitude de m'occuper. J'ai toujours des travaux "en retard" à terminer ou des réparations imprévues à faire. J'ai une liste de "Reste-A-Faire", mais elle se remplit par le bas à mesure que je la vide par en haut ! En ce sens, le confinement



ni ne me prive ni ne me donne du temps.

Ce qui me manque un peu, c'est de voir la famille de mon fils. Et depuis cette année où je m'y suis remis, les repas des anciens à la Miellerie. Un peu de convivialité, quoi. Merci en passant de vos coups de fil. (...)

Au rang des distractions, j'ai encore un petit circuit de train électrique (voie de 9 mm, écartez vos doigts de 9 mm et vous aurez une idée) à finir, si je puis dire car pour l'instant je n'ai que le plateau et des rails coupés à la longueur mais pas assemblés, il faut construire d'abord du relief pour faire des croisements sur deux niveaux.

Et un circuit, ce n'est jamais fini. (...) »

DES COUTURIÈRES SOLIDAIRES

Pendant toute la période de confinement, des initiatives ont émergé comme la fabrication de masques. Annette et Annie ont solidairement cousu plus de 280 masques qui ont été distribués aux personnes qui en demandaient. Draps et chemises ont pu trouver une seconde vie et rendre bien des services. Nous adressons à ces dames nos sincères remerciements.



DES ACTIVITÉS À DISTANCE

Alors que les regroupements et le maintien des activités étaient impossibles, l'équipe du centre social a proposé des défis hebdomadaires pour permettre aux Courdimanchois de rester en lien et de rester occupés. Défis jardinage, téléphonique, couture, écriture, mathématiques.... ont ainsi été programmés.

Les ateliers mémoire ont pu se poursuivre à distance et être proposés au plus grand nombre, en étant partagés en ligne sur le site internet de la ville.





AGENDA

ACTIVITÉS SUR INSCRIPTION

PIQUE-NIQUE DEVANT LA MIELLERIE

3 JUILLET

En cas de pluie le pique-nique se tiendra à l'intérieur de la Miellerie

PIQUE-NIQUES ET JEUX DE SOCIÉTÉ LES MERCREDIS

8, 15, 22, 29 JUILLET

- Dans le jardin de la MELC, le mercredi 8 juillet
- Dans le jardin de Curé, le mercredi 15 juillet
- Dans le jardin de la MELC, le mercredi 22 juillet
- Dans le jardin de Curé, le mercredi 29 juillet

En cas de pluie les pique-niques se tiendront soit au sein de la MELC soit au sein de la mairie

LES ACTIONS HEBDOMADAIRES

ATELIER COUTURE ET TRICOT

LES MARDIS DE 10H À 12H (GRATUIT)

MELC

NAVETTE PHARMACIE

LES LUNDIS, MERCREDIS, VENDREDIS

A PARTIR DE 9H30

SUR RÉSERVATION AUPRÈS DU CCAS

01 30 27 32 01

NAVETTE POUR LES COURSES

LES MARDIS ET JEUDIS À PARTIR DE 9H

(5 PLACES PAR CRÉNEAUX)

SUR RÉSERVATION

CARREFOUR MARKET DE MENU COURT

1 JEUDI PAR MOIS CENTRE COMMERCIAL DE L'OSERAIE

01 30 27 30 90

INFORMATIONS PRATIQUES

INSCRIPTION SUR LES LISTES DE LA VEILLE ESTIVALE

L'été est là, les congés scolaires approchent, la Ville met en place du 1er juillet au 15 septembre sa cellule de veille estivale afin d'être parfaitement préparée à agir dans l'intérêt des personnes isolées et/ou vulnérable. Vous trouverez annexé à cette lettre le formulaire « Restons en contact ! ».

Informations : 01 30 27 32 01

LE TEMPS D'UN PIQUE-NIQUE

LE VENDREDI 3 JUILLET DE 12H À 14H DEVANT LA MIELLERIE

Les repas du vendredi à la Miellerie ont été interrompus pendant 3 mois. Ces moments d'échange et de convivialité constituent un rendez-vous incontournable pour bon nombre de séniors. Quoi de plus agréable que de retrouver ses copains autour d'un repas !

Dès le vendredi 19 juin, nous avons relancé ce temps fort. Avant les vacances d'été, nous vous invitons à partager un dernier repas, le vendredi 3 juillet. Mais, pour rester prudents et être en mesure de respecter les gestes « barrière » et la distance d'un mètre entre chaque convive, ce repas sera pris en extérieur dans le jardin de la Miellerie et limité à 20 personnes. Il est donc indispensable de vous inscrire pour y participer.

Enfin, pour éviter tout risque de contamination au moment du partage du repas, nous vous demandons de venir avec votre pique-nique, votre boisson et vos couverts.

Un service de navette en minibus pourra également être organisé, sur inscription.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE : 01 30 27 30 90

ANIMATIONS D'ÉTÉ

LES MERCREDIS DE JUILLET, DE 12H À 15H30

L'organisation d'une plaine de jeux d'été dans les conditions habituelles n'étant pas possible, des animations d'été seront mises en place du **mercredi 8 juillet au mercredi 29 juillet**, en extérieur.

Pour que chacun y ait une place, un créneau sera réservé aux séniors. Aussi, chaque mercredi, nous vous proposons de participer à un pique-nique, de 12h à 13h30 (chacun apporte son repas et ses couverts) puis de vous détendre autour de jeux de société jusqu'à 15h30. Ces animations auront lieu :

- Dans le jardin de la MELC, le mercredi 8 juillet
- Dans le jardin de Curé, le mercredi 15 juillet
- Dans le jardin de la MELC, le mercredi 22 juillet
- Dans le jardin de Curé, le mercredi 29 juillet

INSCRIPTION OBLIGATOIRE : 01 30 27 30 90

RETOUR SUR LA COMMISSION SENIORS

VENDEREDI 12 JUIN 2020

Les Commissions séniors sont des moments d'échanges durant lesquels les séniors expriment leurs souhaits et leurs avis en termes d'activités, de sorties et de projets.

Le 12 juin, 11 séniors ont participé pour la première fois à une Commission séniors en visio !

Les personnes présentes ont proposé que le projet autour de la mémoire de

Courdimanche - qui avait donné lieu à un livre « Coudimanche au fil du temps » puis à un film « Courdimanche au fil des lieux » - puisse se poursuivre à travers l'écriture d'un chant.

Des ateliers d'écriture animés par Jules, auteur-compositeur de l'association « À partir de douze » et chef de chœur de la chorale « La bande de jeunes », seront ainsi mis en place à l'automne.

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues pour composer une chanson en toute convivialité.

RENSEIGNEMENTS : 01 30 27 30 90

