



Éditorial



Comme à chaque rentrée, les services de la Ville redoublent d'inventivité pour proposer à tous une offre riche et diversifiée de sorties et de loisirs.

La Ville s'attache plus particulièrement à développer l'esprit de solidarité et mobilise toutes les énergies disponibles : les services, les habitants et les partenaires développent conjointement des actions nouvelles.

Ainsi, la réunion proposée le 19 septembre prochain autour de la bonne utilisation d'un smartphone en est un exemple concret. Autre initiative co-construite avec les habitants, le projet d'un film, dans la continuité du livre « Courdimanche, voyage au fil du temps ». Notre volonté est de recueillir vos témoignages pour transmettre en images l'histoire et la mémoire de notre Ville.

Bien vieillir, c'est aussi se sentir citoyens à part entière. A Courdimanche, nous nous engageons à ce que chacune et chacun puissent satisfaire ses besoins et ses envies tout en étant acteur dans sa Ville.

Bonne rentrée active et au plaisir de vous retrouver lors de ces temps de rencontre à Courdimanche.

Elvira Jaouën

Maire de Courdimanche,
Conseillère régionale d'Île-de-France

Isabelle Thenon

Adjointe chargée du lien intergénérationnel et de la petite enfance

Les repas à la Miellerie

Tout séniour Courdimanchois a la possibilité de déjeuner à la Miellerie (rez de chaussée du Foyer rural), chaque vendredi en dehors des vacances scolaires, de 12h à 13h45. Lors de la Commission séniours du 21 juin dernier, quelques règles ont été collectivement établies afin de faciliter l'organisation logistique de ces repas et de limiter les contraintes pour les séniours.

Ainsi, pour pouvoir y participer, il suffit de s'inscrire jusqu'au mercredi qui précède le repas auprès de l'agent référent à la MELC (dans la limite des 40 places disponibles). Un service de transport en minibus peut être organisé à la demande. En cas de désistement, le repas ne sera pas facturé. De façon exceptionnelle, pour des raisons de santé par exemple, il est possible de venir retirer son repas commandé à la Miellerie, en apportant vos contenants.

Renseignements et inscriptions au 01 30 27 30 90

Tarif : 3.80 € le repas

Un projet film : « Courdimanche au fil des lieux »

Dans la continuité de l'ouvrage « Courdimanche, voyage au fil des gens » qui recueille par écrit les souvenirs de plusieurs Courdimanchois concernant l'évolution de leur ville, il est proposé de réaliser un film donnant à voir 7 lieux emblématiques de Courdimanche à travers les paroles de ses habitants.

Pour participer à ce projet, plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- venir partager vos photos et autres souvenirs de Courdimanche qui pourraient alimenter la réalisation de ce film, le vendredi 20 septembre, de 10h30 à 12h, au Foyer rural ;
- être volontaire pour témoigner et être interviewé(e) ;
- donner votre avis sur les premières minutes du film, lors d'un premier visionnage, prévu le vendredi 8 novembre au matin (date qui vous sera confirmée dans la prochaine lettre séniours).

Renseignements et inscriptions au 01 30 27 30 90

THÉ ET CINÉ à déguster, au cinéma

« La Luciole » de Mery-sur-Oise : « Fête de famille » le mardi 1^{er} octobre



« Aujourd'hui c'est mon anniversaire et j'aimerais qu'on ne parle que de choses joyeuses. »

Andréa ne sait pas encore que l'arrivée « surprise » de sa fille aînée, Claire, disparue depuis 3 ans et bien décidée à reprendre ce qui lui est dû, va bouleverser le programme et déclencher une tempête familiale.

Transport : minibus et/ou covoiturage
Place Claire Girard à 13h30 - MELC à 13h45
Tarif : 6 € (à régler sur place)

DÉMARCHAGE À DOMICILE : COMMENT ÉVITER LES ANARQUES ?

- Vérifier l'identité du démarcheur (téléphonez à l'entreprise représentée)
- Ne pas faire entrer la personne quand on est seul. Lui demander de repasser un autre jour.
- Exiger la signature et la remise d'un contrat comportant toutes les mentions obligatoires.

Droit de rétractation : Vous disposez de 14 jours pour renoncer à votre contrat, par lettre recommandée avec accusé réception

Réunion d'information : « Protégeons nos données sur nos smartphones »

le jeudi 19 septembre

Aujourd'hui, les téléphones portables ne servent plus seulement à appeler nos proches. Ils ont bien d'autres utilités : appareil photo, caméra, GPS, boîte mail, shopping, jeux en ligne... Autant d'usages connectés qui interrogent les façons de protéger ses données personnelles :

« Est-ce que mon téléphone dispose d'un système de verrouillage suffisamment sécurisé ? Quelles données sensibles y sont stockées ? Comment repérer les e-mails et appels frauduleux ? Est-ce qu'en ouvrant un mail, on peut être piraté ? Comment bloquer les numéros indésirables ? Quelles sont les incidences si mes applications peuvent accéder à mon micro, ma caméra, mon GPS ? »

Toutes ces questions pourront être abordées lors d'un après-midi d'information et d'échanges animé bénévolement par un Courdimanchois.

De 15h30 à 17h30 à la MELC - Transport possible en minibus sur inscription

Venez découvrir Fort-Mahon

le jeudi 26 septembre

Commune des Hauts-de-France située dans le département de la Somme, Fort-Mahon-Plage est également une station balnéaire des bords de la Manche. Très appréciée pour ses étendues de plage, cette commune du nord de la France se distingue par son patrimoine naturel, ainsi que par son important choix d'activités de loisirs. Vous pourrez lors de cette journée découverte vous restaurer librement dans l'établissement de votre choix.

Départ Place Claire Girard à 7h30 - Départ MELC à 7h45

Retour prévu vers 19h - Repas libre sur place

Coût : 3€ / personne - réservation à partir du 26 août (attention, site difficile d'accès)



Semaine bleue

du 7 au 11 octobre

Ces 7 jours constituent un moment privilégié pour informer et sensibiliser l'opinion sur la contribution des retraités à la vie économique, sociale et culturelle, mais aussi sur leurs préoccupations et difficultés ainsi que les réalisations et projets des associations. Cet événement est l'occasion pour les acteurs qui travaillent régulièrement auprès des aînés d'organiser tout au long de la semaine des animations qui permettent de créer des liens entre générations en invitant le grand public à prendre conscience de la place et du rôle social que jouent les « vieux » dans notre société. Cette année la thématique nationale retenue est « Pour une société respectueuse de la planète, agissons ensemble ».

Les réservations pour les activités de la semaine seront ouvertes à partir du 9 septembre à la MELC. Renseignements au 01 30 27 30 90

• Lundi 7 octobre

9h30 : Petit-déj de lancement de la semaine à la MELC

13h30 : Marche bleue inter-agglomération au Château de Grouchy, Osny.

Départ place Claire Girard à 13h45. Départ Melc à 14h

• Mardi 8 octobre

10h : Fabrication de sacs à vrac lors de l'atelier couture (MELC)

• Mercredi 9 octobre

14h : Jeu de piste intergénérationnel au Village (rdv devant l'Hôtel de ville)

• Jeudi 10 octobre

9h30 : Visite du centre de tri de Saint-Ouen l'Aumône
Trier ses déchets est parfois un vrai calvaire. Quels emballages plastiques jeter dans la poubelle jaune ? Quels autres contenants peuvent y être déposés ? Faut-il laver les bords avant de s'en débarrasser ? ... Et puis, à quoi cela sert-il vraiment ? Où vont les ordures ménagères et qu'en fait-on dans les centres de

tri ? La visite du centre de tri en pleine action répondra à toutes vos interrogations.

Départ MELC à 9h30

Transport : minibus et/ou covoiturage

14h : Apprenez à jardiner naturellement (Grands jardins)

• Vendredi 11 octobre

10h : Commission séniors

12h : Repas du vendredi à la Miellerie

Tarif 3,80€ à payer au service des régies à réception de la facture

18h : Pour finir cette semaine bleue de manière festive, nous vous proposons une Soirée Karaoké et dansante ! Venez chanter et danser sur les plus grands tubes de ces 50 dernières années ! Pour encore plus de convivialité, nous vous proposons un repas partagé où nous pourrions déguster les plats que chacun aura confectionnés.

Salle Raymond Berrivin - Tarif : 5 € (paiement sur place)

AGENDA

ACTIVITÉS SUR INSCRIPTION



SORTIE À FORT-MAHON

Jeudi 26 septembre

Départ à 7h30 de la place Claire Girard / 7h45 de la MELC

THÉ CINÉ À MÉRY-SUR-OISE

Mardi 1^{er} octobre

Départ à 13h30 de la place Claire Girard / 13h45 de la MELC

SEMAINE BLEUE

Du 7 au 11 octobre

ACTIVITÉS ENTRÉE LIBRE

FORUM DES ASSOCIATIONS

Samedi 7 septembre

De 10h à 18h - Gymnase

RÉUNION D'INFORMATION

« PROTÉGEONS NOS DONNÉES SUR NOS SMARTPHONES »

Jeudi 19 septembre

De 15h30 à 17h30 - MELC

RÉUNION « SOUVENIRS, SOUVENIRS » :

APPORTEZ OBJETS OU PHOTOS QUI VOUS RAPPELLENT VOS MEILLEURS SOUVENIRS DE COURDIMANCHE

Vendredi 20 septembre

De 10h30 à 12h - Foyer Rural

CONCERT DU QUATUOR LES MARQ'S BROTHERS

Vendredi 20 septembre

A 20h30 - Eglise

LES VIRADES DE L'ESPOIR PAR L'ASSOCIATION « VAINCRE LA MUCOVISCIDOSE »

Samedi 28 septembre

Animations multi-sites : gymnase, Antenne Jeunes

Foyer rural

CULTIVONS LA BIODIVERSITÉ

Samedi 5 octobre

De 14h à 18h

Aux grands jardins (chemin de la Vieille rue)

LES ACTIONS HEBDOMADAIRES

ATELIER COUTURE ET TRICOT

Les mardis de 10h à 12h - MELC

ATELIERS MÉMOIRE

Les jeudis de 11h à 12h

37 € / trimestre - MELC

LES REPAS À LA MIELLERIE

Les vendredis de 12h à 13h45

3,80 € par repas

CHORALE INTERGÉNÉRATIONNELLE « LA BANDE DE JEUNES » CHEF DE CHŒUR : JULES

Les lundis de 10h15-11h15

25 € par trimestre pour les Courdimanchois

NAVETTE PHARMACIE

Les lundis, mercredis, vendredis - À partir de 9h30

Sur réservation auprès du CCAS : 01 30 27 32 01

PERMANENCE « DÉMARCHES DU QUOTIDIEN »

Les jeudis de 14h à 16h

En alternance à la MELC et à l'Hôtel de ville

Informations au 01 30 27 32 01

Renseignements et inscriptions à l'accueil de la MELC
64 Bd des Chasseurs - 01.30.27.30.90