

La Quinzaine

D'ÉVRY - COURCOURONNES

VENDREDI 17 DÉCEMBRE 2021

SPÉCIALE SENIORS N°1



Chère Madame, cher Monsieur,

Nous avons le plaisir, avec Danielle Valéro, première adjointe en charge des Seniors et de la Santé, de nous adresser à vous à travers ce supplément de La Quinzaine qui vous est dédié. L'objectif de cette publication, dont la régularité sera trimestrielle, est multiple.

En premier lieu, nous souhaitons donner davantage de visibilité à la multitude des offres de services qui vous sont consacrées sur notre territoire. Que ce soit la Semaine bleue, la cérémonie des noces d'or et de diamant, les colis de Noël, les activités sportives et de loisirs, les sorties et spectacles ou le banquet des seniors – prévu en mai prochain -, le travail mené au quotidien par l'ensemble du tissu partenarial et par nos services, dans le contexte sanitaire incertain qui s'impose à toutes et tous, est exemplaire et mérite d'être valorisé, notamment par l'intermédiaire de ce support municipal connu et distribué dans toutes les boîtes aux lettres de la ville, mais également sur nos outils dématérialisés, en particulier via notre nouveau site internet.

Parallèlement, nous poursuivons la refonte de nos outils de participation citoyenne et de démocratie participative (conseils de quartier, assemblée citoyenne) et avons voté, à l'occasion du conseil municipal de décembre, la création d'un nouveau Conseil des Sages, instance de participation destinée aux plus de 55 ans. Ce Conseil permettra à celles et ceux qui le souhaitent d'entre vous de mettre leur temps libre, leurs compétences, leur expérience, leur mémoire et leur savoir-faire au service des autres pour rester actifs et solidaires. Nous comptons sur vous !

Et d'ailleurs, dans cet esprit de construction collective d'une offre adaptée à vos besoins, et conformément à notre engagement de mars 2020, nous prévoyons la mise en place d'une navette municipale gratuite, à motorisation électrique, pour la rentrée de septembre 2022. Pour faire coïncider cette nouvelle offre de mobilité avec vos attentes et besoins, n'hésitez pas à remplir et renvoyer le questionnaire que vous trouverez dans ce supplément.

Nous ne pouvons évidemment nous extraire du contexte sanitaire actuel, qui mobilise nos moyens

municipaux notamment par la mise en place depuis le début de la campagne de vaccination contre la COVID-19 en janvier dernier, de deux puis d'un centre unique situé à la salle Nougaro. Vous êtes nombreux à avoir déjà fait votre 3^{ème} dose de rappel, permettant à la fois de vous protéger, de protéger les autres et de diminuer l'impact de la 5^{ème} vague sur le monde hospitalier, déjà soumis à rude épreuve. Nous poursuivrons évidemment notre rôle de coordinateur et facilitateur d'accès à la vaccination pour l'ensemble des personnes éligibles et des publics fragiles.

Enfin, pour terminer sur une note positive dont nous avons toutes et tous besoin après une année particulièrement soutenue et parfois anxiogène, nous tenions à vous souhaiter de passer d'excellentes fêtes de fin d'année. Et évidemment la santé ! Fidèlement.

Stéphane BEAUDET
Maire d'Évry-Courcouronnes

Danielle VALÉRO
1^{ère} Adjointe au Maire
en charge des Seniors

NAVETTE DES SENIORS

Exprimez vos besoins

PAGE 2

PÔLE SENIORS

À votre service !

PAGE 3

PORTRAIT

Denise Cuciz : Madame sourire

PAGE 3

SPÉCIALE SENIORS

NOCES D'OR ET DE DIAMANT

COMME AU PREMIER JOUR...

Chaque année, la Ville met à l'honneur les couples mariés depuis 50 et 60 ans. La cérémonie des noces d'or et de diamant a ainsi eu lieu le 25 novembre dernier à la mairie annexe du Village. L'occasion pour les jeunes époux de renouveler leurs vœux, de se remémorer les années passées ensemble et de songer aux projets à construire main dans la main. Le livre « Terre(s) » de Thomas Pesquet ainsi qu'un bouquet de fleurs ont été offerts aux deux couples célébrés.



Sur un air de violon, Stéphane Beudet, maire d'Évry-Courcouronnes et Danielle Valéro, 1^{ère} adjointe au maire en charge des Seniors, ont célébré les noces d'or de Manuel et Maria Goncalves, unis dans le mariage depuis 50 ans.



Richard et Noëlle Benyamin ont fêté leurs noces de diamant en très bonne compagnie lors du repas organisé au Foyer Club.

Après la cérémonie, un vin d'honneur et un repas au restaurant du Foyer Club étaient organisés et offerts aux mariés ainsi qu'à leurs invités. Stéphane Beudet, Danielle Valéro et Francis Chouat, député de la circonscription, étaient de la partie.



FÊTES DE FIN D'ANNÉE

LES SENIORS ONT DROIT, EUX AUSSI, À LEURS CADEAUX

Cette année, les plus de 65 ans inscrits au Pôle seniors de la Ville se sont vus offrir, au choix, des chèques-cadeaux d'une valeur de 25 € ou le traditionnel colis composé de spécialités gourmandes. Le 15 décembre, ils étaient invités à se rendre dans un équipement municipal près de chez eux pour récupérer leur cadeau de fin d'année.



FONCTIONNEMENT DE LA NOUVELLE NAVETTE DES SENIORS - PARTICIPEZ À SA MISE EN PLACE !

Soucieuse de l'environnement et de la qualité de vie des seniors, la Ville d'Évry-Courcouronnes va mettre en place un service gratuit de navette électrique. Cette navette, qui comprendra 9 places assises, sillonnera la ville en desservant des lieux de vie du territoire (places, résidences seniors, restaurants municipal seniors, commerces...) et/ou le domicile des seniors ayant réservé leur trajet. Les grands principes de ce nouveau service se veulent simples : la fréquentation de la navette sera gratuite et illimitée. Son objectif est ainsi de compléter l'offre existante de mobilité dans la ville et d'apporter une alternative aux transports en commun et ainsi lutter contre l'isolement des personnes âgées. Afin de définir au mieux l'organisation de ce nouveau service, et si vous êtes susceptibles d'être intéressés par ce dernier, nous vous invitons à répondre aux questions suivantes. **Merci de retourner ce questionnaire avant le 15 janvier** à l'adresse mail pole-seniors@evrycourcouronnes.fr ou par courrier (Hôtel de Ville d'Évry-Courcouronnes - Pôle Seniors, Place des Droits de l'Homme et du Citoyen, 91000 Évry-Courcouronnes)



Quel mode de transport seriez-vous susceptible d'utiliser ?

- Une navette proposant un parcours défini et régulier
- Une navette proposant des trajets personnalisés

Dans le cas d'une navette proposant un parcours défini et régulier :

• Quels seraient selon vous les lieux prioritaires que la navette devrait desservir ?

.....

• Quels seraient selon vous les jours et horaires adaptés pour le fonctionnement de ce service ?

.....

• Quelle serait selon vous la bonne fréquence de passage de la navette sur chaque lieu desservi ?

.....

Dans le cas d'une navette proposant des trajets personnalisés :

Sur quels lieux voudriez-vous être amené ?

.....

Quels seraient les jours et tranches horaires sur lesquels vous seriez amené à utiliser la navette ?

.....

Pour quel(s) type(s) de déplacement seriez-vous susceptible d'utiliser la navette ? (plusieurs réponses possibles)

- Activités de loisirs (restaurant, visites à des amis, cinéma, parcs, sport, ateliers...)
- Santé (rendez-vous médicaux, soins, centre hospitalier, clinique...)
- Commerces (courses, coiffeur...)
- Démarches administratives (mairie, CNAV, CAF, Assurance maladie...)

- Visites à un membre de votre famille (domicile, EHPAD, hôpital...)
 - Autres (à préciser) :
-

Avez-vous des suggestions ? Si oui, lesquelles ?

.....

Nom et prénom :

Adresse :

Tél. : Âge :

Mail :

Vos données personnelles seront exclusivement utilisées dans le cadre de la mise en place du futur dispositif de navette. Mentions RGPD (à voir avec le service juridique)

PÔLE SENIORS

À VOTRE SERVICE !

Vous êtes Évry-Courcouronnais et avez plus de 60 ans ? Vous souhaitez participer à des activités et des sorties, bénéficier de services offerts par la mairie, demander de l'aide concernant votre autonomie, votre mobilité ou encore votre santé ? Vous pouvez faire appel au Pôle seniors pour vous faciliter la vie, rester actif et vous aider dans vos démarches.



Au sein du Pôle seniors, (de gauche à droite) Aquila Belhout, Sandrine Walter, Fayza Rabhi, responsable du Pôle, et Shimon Kisolokele, mettent tout en œuvre pour faciliter et égayer la vie des seniors évry-courcouronnais.

Composé de cinq agents, ce Pôle est l'interlocuteur privilégié des personnes âgées de plus de 60 ans sur le territoire. Il a pour principal objectif de favoriser la socialisation des seniors et le lien entre générations. Pour cela, les agents du Pôle proposent tout au long de l'année un programme complet de sorties et d'activités sportives et artistiques mais aussi des événements tels que la Semaine bleue et le banquet des seniors. En parallèle, le Pôle met en place des actions partenariales avec les EHPAD et structures accueillant des seniors.

Il a également pour mission de faciliter la mobilité, l'autonomie et la socialisation des personnes âgées en proposant un accès au restaurant municipal et un service de transport pour s'y rendre, aussi à disposition de certaines résidences seniors. Par ailleurs, le Pôle met en œuvre le Plan canicule, pilote le Conseil des sages et accompagne les seniors dans leurs démarches en les orientant vers les organismes compétents et le tissu associatif local. Alors, n'hésitez pas à faire appel au Pôle seniors par téléphone (01 60 91 62 95 / 61 52 / 61 14) ou par mail (pole-seniors@evrycourcouronnes.fr).

RESTAURATION

Sur place ou en livraison : à vous de choisir !

La Ville propose de nombreux services pour favoriser le maintien à domicile et la socialisation des seniors, y compris lorsqu'il s'agit de la prise des repas au quotidien. Première option : le portage de repas qui permet aux plus de 60 ans de se faire livrer leurs repas à domicile du lundi au vendredi, pour un ou plusieurs jours dans la semaine (inscriptions au 01 60 91 60 01). Deuxième option : un service à table proposé du lundi au vendredi midi au restaurant municipal du Foyer Club, situé 9 avenue de l'Église. Les inscriptions se font au moins la veille pour le lendemain sur place ou au 06 10 30 20 86 de 9h à 12h. En cas de besoin, un mini bus peut déposer les seniors au Foyer Club les mardi et jeudi (inscriptions au Guichet Solidarité au 06 26 96 31 83). Qu'il s'agisse du portage de repas ou de la restauration, la facturation est établie en fonction du quotient familial Senior. À l'heure où nous bouclons cette publication, le restaurant du Foyer Club ferme ses portes en raison des conditions sanitaires. Le portage de repas reste toujours possible.

DÉMOCRATIE PARTICIPATIVE

Le Conseil des sages, c'est quoi ?

La Ville a engagé une démarche de refondation de la participation citoyenne et a décidé d'instaurer un nouveau conseil des sages. Instance consultative de réflexion, de concertation, de suggestion et d'action, le Conseil des sages est une force de proposition sans pouvoir décisionnel sur des sujets d'intérêt général concernant le territoire.

Objectif : permettre aux seniors de mettre leur temps libre, leurs compétences, leur expérience, leur mémoire et leur savoir-faire au service de la collectivité. Tout habitant de la ville âgé de 55 ans et plus peut être membre du conseil des sages, à des degrés d'investissement divers. Vous souhaitez faire partie de l'aventure ? Il n'est pas trop tard. Faites-vous connaître par le Pôle seniors au 01 60 91 62 95 ou par mail à pole-seniors@evrycourcouronnes.fr.



DENISE CUCIZ MADAME SOURIRE

Denise Cuciz a certes 88 ans « et demi », comme elle aime à le préciser, mais a l'allure et la fougue de ses jeunes années. Lorsqu'elle nous accueille dans l'appartement familial sans ascenseur qu'elle habite depuis 52 ans dans le quartier du Mousseau, elle ne trouve aucun inconvénient à monter les quatre étages à pied. Rien ne peut entamer son enthousiasme, pas même la crise sanitaire et les confinements qu'elle a pourtant vécus seule. « *Je dansais et chantais devant ma télévision, se remémore joyeusement Denise. Et puis j'avais mes filles et mes petits-enfants au téléphone.* »

Ses filles, des jumelles, elle les élève ici, avec son mari, entre deux carrières dans une maison d'édition et un cabinet d'avocats. Parisiens en quête de plus de tranquillité, ils s'installent en 1969 dans cette résidence que son mari, conducteur de travaux, a participé à construire. « *Il faut vous imaginer que nous étions entourés de champs, explique Denise. Il y avait même des vaches !* »

Malgré les transformations qu'a connu la commune ces 50 dernières années, Denise est toujours aussi attachée à sa ville et aux habitants qui la composent. « *Évry-Courcouronnes, c'est une très belle ville ! Les parcs sont magnifiques. Je me rappelle encore des grandes fêtes dans le parc du Lac de Courcouronnes. Toutes les familles de toutes les cultures s'y retrouvaient. Il n'y avait jamais aucune dispute. Ça prouve bien qu'on peut s'entendre !* », s'exclame-t-elle pleine d'espoir.

Il faut dire que Denise transpire la tolérance et la bienveillance, toujours prête à ouvrir sa porte à un inconnu en quête de chaleur humaine, à rendre service ici et là et à s'investir dans le collectif avec beaucoup d'humilité.

Elle s'étonne et s'émeut à l'idée qu'on veuille faire son portrait. Ces quelques lignes ne suffiraient pourtant pas à résumer son engagement dans les associations et les instances de démocratie participative de la ville. Vice-présidente de l'Association des Familles d'Évry depuis 25 ans, membre du conseil de quartier d'Évry Sud, du Conseil des sages, de l'association Sourire d'Évry à Ponds, de l'Union des Retraités, adhérente aux Maisons de quartier du Village et d'Évry Sud, participante aux activités du Pôle seniors... Elle endosse tantôt le costume de Père Noël auprès des enfants du quartier, de chanteuse pour faire revivre leur jeunesse aux résidents des maisons de retraite, de traiteur pour faire déguster son vin chaud sur les marchés de Noël mais aussi dernièrement d'artisan pour confectionner des baguettes magiques pour l'École de Sorcellerie de « Tu sais qui ». Son secret pour rester toujours aussi active ? Son éternel optimisme, sa modestie à toute épreuve et son goût des autres.

VOS LOISIRS

Tous les événements annoncés dans cette publication sont susceptibles d'être annulés compte-tenu des mesures sanitaires mises en place pour contenir l'épidémie de Covid-19.

ARTS, ARTISANAT ET INFORMATIQUE

• MAISON DE QUARTIER DES CHAMPS-ÉLYSÉES

Place Troisdorf - Tél. : 01 60 78 13 06

Couture

Vendredi de 9h à 11h (hors vacances scolaires) Tarif : 30€ + adhésion de 8€

Théâtre jeunes-seniors

Sur le thème du sourire pour le Festival Les habitants ont du talent. Atelier en cours de conception. Se renseigner auprès de la maison de quartier.

• UNION DES RETRAITÉS

9, av. de l'Église - Tél. : 01 60 78 02 92

Atelier menuiserie

Mardi et jeudi à 9h

Chorale

Mardi à 14h. Participation exigée.

Informatique

Lundi à 14h30

Mardi de 10h à 12h et à 14h

Mercredi à 10h et 14h30

ÉCHANGES ET BIEN-ÊTRE

• CLUB DÉTENTE ET LOISIRS

136, allée Ronsard - Tél. : 01 64 97 22 41

Rencontres amicales du Club

Mardi et jeudi, de 14h à 18h

• MAISON DE QUARTIER DES CHAMPS-ÉLYSÉES

Place Troisdorf - Tél. : 01 60 78 13 06

Bien dans son assiette

Conférence et séances pratiques sur l'alimentation. À partir du 18 janvier, 14h30. Gratuit

Gym mémoire

Vendredi de 11h à 12h (hors vacances scolaires). Tarif : 30€ + adhésion de 8€

Relaxation

Mardi 25 janvier, de 14h à 16h Apporter une serviette, un plaid et un petit coussin. Adhésion annuelle : 8€

Sophrologie

Lundi 14 mars, à 14h. Apporter une serviette, un plaid et un petit coussin. Adhésion annuelle : 8€

• PÔLE SENIORS

Hôtel de Ville

Place des Droits de l'Homme et du Citoyen Tél. : 01 60 91 62 95 / 61 52 / 61 14

« Si on en parlait »

Lundi 24 janvier - Thème : Manger équilibré à petit prix - Résidence du Chêne

Lundi 7 février - Thème : Manger équilibré à petit prix - Résidence Marianne

Lundi 7 mars - Thème : Livres et cinéma - Résidence du Chêne

Lundi 14 mars - Thème : Livres et cinéma

Résidence Marianne

De 9h30 à 11h. Gratuit

Voyage virtuel aux Caraïbes

Découverte de la culture, cuisine et danse Date à définir, se renseigner auprès du Pôle seniors. De 13h30 à 17h Résidence Marianne. Gratuit sur inscription

SPORT

• SCA 2000 « RETRAITE SPORTIVE »

Tout le programme au 06 46 32 98 19

Aquagym

Mercredi de 8h30 à 9h30 ou de 9h30 à 10h30. Vendredi de 16h à 16h45 ou de 16h45 à 17h30

Piscine de l'Agora

Entretien musculaire

Mercredi de 9h à 11h

Jeudi de 8h à 10h

Gymnase Thoisson

Gym

Mardi de 10h à 11h

Jeudi de 13h30 à 14h30

Gymnase François Mauriac

Mardi et jeudi de 9h45 à 10h45

Salle Bexley

Randonnée

Lundi à 13h30 (10 à 12km au départ de la mairie annexe du Village) et à 14h (4 à 8km au départ du parking du parc Pampidou)

• CLUB OMNISPORTS COURCOURONNES

Tout le programme au 01 75 66 04 36 ou 06 66 10 49 63

Aquagym, gym, yoga, zumba/ stretching, Tai Chi-Qi Gong, Circuit-Training

• ASSOCIATION SPORTIVE D'ÉVRY

Tout le programme au 01 60 77 80 00 ou 01 60 79 69 55

• CENTRE SOCIAL BREL-BRASSENS

Place de l'Orme à Martin

Tél. : 01 64 97 86 02

Gym douce

Jeudi de 10h30 à 11h45. Gratuit

Yoga

Vendredi de 14h à 15h. Tarif : TPI

• MAISON DE QUARTIER DES CHAMPS-ÉLYSÉES

Place Troisdorf - Tél. : 01 60 78 13 06

Marche douce

Mardi ou lundi de 14h30 à 16h

Adhésion annuelle : 8€

Marche dynamique

Mardi de 14h à 16h. Sortie sur Paris une fois par trimestre (5€)

Natation

Vendredi de 12h à 13h15

Piscine Jean Taris. Adhésion annuelle : 8€

Pilâtes

Samedi de 11h15 à 12h15

Adhésion annuelle : 8€ - Tarif : 45€/an

Qi-Gong assis

Jeudi de 17h à 18h (hors vacances scolaires). Tarif : 30€ + adhésion de 8€

• MAISON DE QUARTIER JACQUES PRÉVERT

Square Jacques Prévert

Tél. : 01 60 78 73 19

Marche nordique

Mardi de 9h30 à 11h. Tarif selon QF

Pilâtes

Vendredi de 9h à 11h. Tarif selon QF

Qi Gong

Mercredi de 9h30 à 11h. Tarif selon QF

• MAISON DU VILLAGE

Place du Général de Gaulle

Tél. : 01 69 64 31 41

Yoga

Vendredi de 15h30 à 16h30

Tarif selon QF

• PÔLE SENIORS

Hôtel de Ville

Place des Droits de l'Homme et du Citoyen

Tél. : 01 60 91 62 95 / 61 52 / 61 14

Gym douce

Lundi de 9h à 10h15 et de 10h15 à 11h30 (hors vacances scolaires) Gymnase du Lac. Gratuit sur inscription

Gymnastique assise

Jeudi de 9h à 10h15 (hors vacances scolaires). Résidence du Chêne Gratuit sur inscription

Qi gong

Mardi de 9h30 à 11h et de 11h à 12h30 (hors vacances scolaires)

Ferme des Mathurines

10 rue des Mathurines. Tarif : 60 €/an

• UNION DES RETRAITÉS

9, avenue de l'Église - Tél. : 01 60 78 02 92

Qi-Gong

Mardi à 9h et vendredi à 9h30 et 10h45

Participation exigée

Randonnée

Lundi à 13h45. Gratuit

Yoga

Mercredi à 10h. Participation exigée

SORTIES, REPAS ET JEUX

• ASSOCIATION SPORTIVE D'ÉVRY

Tél. : 01 60 78 12 33

Pétanque

Tous les après-midis de 14h à 18h

Terrain de la place Bexley

Rue Montespan

• CLUB DÉTENTE ET LOISIRS

136, allée Ronsard. Tél. : 01 64 97 22 41

Après-midi dansant

Mardi 11 janvier, 8 février et 15 mars

De 14h à 18h. Tarif : 10€

Salle Decauville - Ferme du Bois Briard

Repas au Club

Mardi 18 janvier, 15 février et 8 mars

Tarif : 17€

Tournoi de belote

Mercredi 26 janvier. Tarif : 5€

Séance de cinéma

Jeudi 10 février

Les Cinoches à Ris-Orangis. Tarif : 10€

Loto

Mercredi 23 février

3€ le carton / 5€ les 2 cartons

Sortie à la Tour Montparnasse et à l'église orthodoxe et repas

Jeudi 10 mars. Tarif : 100€

Concours de tarot

Mercredi 24 mars. Tarif : 5€

• PÔLE SENIORS

Hôtel de Ville

Place des Droits de l'Homme et du Citoyen

Tél. : 01 60 91 62 95 / 61 52 / 61 14

Sorties annulées si peu de participants.

Part'âge

Ateliers créatifs et jeux collectifs.

Lundi une semaine sur deux

Résidence du Chêne, de 13h45 à 16h45

Centre social Brel Brassens, de 14h

à 16h30. Gratuit

Sortie au Petit Palais de Paris

Musée des Beaux-Arts

Jeudi 27 janvier

Rendez-vous à 13h à l'Hôtel de Ville -

Retour à 18h. Tarif : 9,25€ - Sur inscription

Sortie à la Maison du Temps d'Évry-Courcouronnes

Jeux de société et escape game.

Mardi 15 février, de 13h30 à 17h30

Tarif : 18€ - Sur inscription

Sortie au Château de Fontainebleau

Jeudi 17 mars 13h30 à 17h30

Tarif : 13€ - sur inscription

• UNION DES RETRAITÉS

9, avenue de l'Église - Tél. : 01 60 78 02 92

Pétanque et jeux traditionnels

Tous les jours à 14h

Repas avec animation

Tous les jeudis à partir de 12h

En alternance : ciné URE, karaoké,

chanson-spectacle, causerie,

conférence-débat. Repas festif avec

spectacle à thème et après-midi dansant

une fois par mois. Participation exigée

Cirque Phenix à Paris

Dimanche 9 janvier à 13h30

Tarif : 25€ (15€ sans le transport)

Inscriptions à partir du 9 décembre, 9h30

Spectacle « Le Roi Lion » au Théâtre Mogador à Paris

Samedi 5 février. Tarif : 80€

Inscriptions le 13 janvier à 9h30

• COURCOURONNAISE CLUB DE PÉTANQUE

Pétanque

Tous les après-midis au gymnase du Lac,

avenue de la Garenne

Pour bénéficier de toutes les prestations dédiées aux seniors et proposées par la Ville (banquet des seniors, plan canicule, semaine bleue, colis, chèques-cadeaux, sorties, activités...), contactez le Pôle Seniors !

Pôle Seniors

Hôtel de Ville - Place des Droits de l'Homme et du Citoyen

91 000 Évry-Courcouronnes

Tél. : 01 60 91 62 95 / 61 52 / 61 14

pole-seniors@evrycourcouronnes.fr