



Le CCAS vous accueille tous les après-midis de semaine, uniquement sur rendez-vous.

RENSEIGNEMENTS - INSCRIPTIONS - DEMANDE DE RENDEZ-VOUS

Téléphone : 01 45 98 78 86
Mail : ccas@ville-mandres-les-roses.fr

Adresse : Ferme de Monsieur,
 4 rue du Général Leclerc
 94520 Mandres-les-Roses



votre
timbre
ici

Mairie de Mandres-les-Roses
 Centre Communal d'Action Sociale

4 Rue du Général Leclerc
 94520 Mandres-Les-Roses



Édition
spéciale seniors

Séniors, à vos agendas !

Tout au long du dernier trimestre de cette année 2019, le CCAS de la Ville de Mandres-les-Roses vous propose festivités, jeux, spectacle, banquet... il y en aura pour tous les goûts.

Venez nombreux !

La Plume

EDITO

Chers Mandrions, chères Mandrionnes,

Les administrateurs du CCAS et moi-même sommes heureux de vous adresser l'agenda des événements dédiés aux seniors sur cette fin d'année 2019.

Nous sommes attentifs à la qualité de vie et au bien-être de toutes les générations. Aussi, qu'il s'agisse d'ateliers ludiques et préventifs, de sorties découvertes ou de festivités, nous espérons que ces activités correspondront à vos attentes et permettront de nombreux moments de partage.

Bonne lecture,

Jean-Claude PERRAULT
 Maire de Mandres-les-Roses,
 Président du CCAS,



SEPTEMBRE

À PARTIR DU
LUNDI 2
SEPTEMBRE

Atelier tablette numérique

Pour rappel, le CCAS propose de vous initier à l'utilisation de la tablette numérique, tous les lundis et jeudis du mois de septembre, de 13h30 à 16h30, en salle Bergerie. Le matériel vous sera prêté à domicile sur le temps de la formation.

- ⇒ Aucune participation financière n'est demandée.
- ⇒ Renseignements et inscriptions auprès du CCAS.



MARDI 24
SEPTEMBRE

Excursion à Provins

La journée débutera par un petit déjeuner d'accueil, puis se poursuivra par une visite de la vieille ville en train touristique privatisé, un déjeuner dans un restaurant de la Ville (le menu unique se compose d'un apéritif, d'une entrée avocat et gambas sauce cocktail, d'un médaillon de mignon de porc au brie de Meaux accompagné de sa poêlée de légumes, d'une crème brûlée à la rose en dessert, vin et café). La journée se clôturera avec le spectacle « la légende des chevaliers ».

- ⇒ Départ à 8h30, Place des Tours Grises, retour à 17h30.
- ⇒ Tarifs : 15€ pour les personnes non imposables et de 30€ pour les personnes imposables.
- ⇒ Renseignements et inscriptions auprès du CCAS **avant le 15 septembre 2019.**



OCTOBRE

MARDI 10
OCTOBRE

Café-gourmand musical

Pour la semaine bleue, le CCAS propose aux retraités mandrions de se retrouver pour un goûter dansant. Pensez à vous inscrire rapidement, les cafés-gourmands sont toujours un succès !

Renseignements et **inscriptions obligatoires avant le 30 septembre 2019.**



À PARTIR DU
LUNDI 14
OCTOBRE

Atelier mémoire

Réunion introductive le mardi 17 septembre à 14h.

Ces ateliers ludiques ont pour objectifs de stimuler ses neurones, de travailler sa concentration, et de comprendre le fonctionnement de la mémoire pour en préserver le potentiel. Les séances auront lieu les lundis après-midi dans la salle de la Bergerie, à partir de 14h, aux dates suivantes :

- 14 et 21 octobre 2019
- 4, 18 et 25 novembre 2019
- 2, 9 et 16 décembre 2019
- 6, 13 et 20 janvier 2020.

- ⇒ Aucune participation financière n'est demandée.
- ⇒ Renseignements et inscriptions auprès du CCAS.



Hôtel de Ville de
Mandres-les-Roses
4 Rue du général Leclerc
Tél. 01 45 98 88 34

La Plume, édition spéciale séniors, septembre 2019
*Programmation sous réserve de modification
Mise en page : Service communication
Conception de la maquette : Emendo / Impression : Desbouis Grésil
Crédit photo : AFCM / Freepik

NOVEMBRE

À PARTIR DU
JEUDI 14
NOVEMBRE

Atelier équilibre en mouvements

Ces séances de gym douce visent à entretenir sa tonicité, améliorer sa souplesse, travailler son équilibre, adopter les bons gestes au quotidien et être plus à l'aise pour se relever du sol. Elles se tiendront les jeudis matin de 10h à 11h, salle Bernard Thoreau, située à l'étage de la mairie, aux dates suivantes :

- 14, 21 et 28 novembre 2019
- 5, 12 et 19 décembre 2019
- 9, 16, 23, 30 janvier 2020
- 6 et 13 février 2020.

- ⇒ Aucune participation financière n'est demandée.
- ⇒ Renseignements et inscriptions auprès du CCAS.



DIMANCHE
17 NOVEMBRE

Banquet annuel des aînés

Le Centre Communal d'Action Sociale et la Municipalité ont le plaisir d'inviter les Mandrions âgés de 67 ans et plus, à un banquet suivi d'un spectacle. Les conjoints mandrions de moins de 67 ans pourront y participer en réglant le prix du repas (40€) au moment de l'inscription.

Si vous ne conduisez pas et si vous avez des difficultés pour vous déplacer, un agent communal pourra venir vous chercher à votre domicile et vous raccompagner le soir.

- ⇒ **Les places sont limitées, les inscriptions seront closes à 150 convives ou au 1er novembre 2019.**
- ⇒ Renseignements et inscriptions auprès du CCAS.



DÉCEMBRE

MARDI
17 DÉCEMBRE

Goûter et remise des chocolats

À l'occasion des fêtes de fin d'année, Monsieur Le Maire et les administrateurs du CCAS offriront un ballotin de chocolats aux Mandrions de plus de 70 ans. Afin d'éviter le gaspillage, il est nécessaire de réserver ses chocolats.



COUPON RÉPONSE BANQUET & CHOCOLATS

À RETOURNER IMPÉRATIVEMENT AVANT LE 5 NOVEMBRE 2019

Monsieur : Madame :
Date de naissance : Date de naissance :
Adresse si différente : Adresse si différente :
N° de téléphone : N° de téléphone :
E-mail : E-mail :

BANQUET

Réservation pour : 1 place 2 places

j'ai besoin d'être véhiculé

Si votre conjoint a moins de 67 ans, il peut vous accompagner en réglant le coût de son repas : 40 €.

je serai accompagné(e) de mon conjoint de moins de 67 ans.

Vous pouvez indiquer une ou deux personnes avec lesquelles vous souhaiteriez partager votre table : _____

CHOCOLATS

J'ai (nous avons) plus de 70 ans :

- 1 ballotin de chocolat
- 2 ballotins de chocolat

Remis lors du goûter de Noël du mardi 17 décembre, à partir de 14h, dans la salle d'Orléans.