

Cell'Seniors

— Printemps-été 2022

La lettre d'information des seniors de La Celle Saint-Cloud



Un printemps à partager !



La Celle Saint-Cloud

Édito

Cell'Seniors est un magazine municipal dédié aux seniors. Il est « né » au printemps 2020 et a pour seule ambition de rompre l'isolement et la solitude que certains peuvent connaître.

2020 et 2021, ont été des années difficiles. Gageons que 2022 sera l'année de la renaissance de ce lien social si précieux entre nous !

Dans ce numéro de printemps, j'ai le plaisir de vous inviter :

- À vous **engager** auprès du nouveau « Club des Etangs » : son dynamique bureau vous attend pour construire ensemble un « club de retraités », moderne et attentif à vos envies et vos besoins ! (p. 11)
- À **partir** en voyage avec le C.C.A.S. fin avril, si vous faite partie des heureux « repêchés » des éditions 2020 et 2021 ! (p. 17)
- À **réserver** sur votre agenda la date du mercredi 18 mai prochain pour notre tant attendu Repas de Printemps ! (p. 4)
- À **découvrir** toutes les autres propositions de ce magazine qui vous divertiront et vous informeront à la fois !

Bonne lecture et bon printemps !

Bien à vous,

Olivier DELAPORTE
Président du C.C.A.S.
Maire de la Celle Saint-Cloud

Sommaire

3

Regard

18

Agenda des aidants

4

Événementiel

19

Côté nature

9

Focus

21

Culture

13

Informations

24

Loisirs

QUELQUES SOUVENIRS PARTAGÉS ENTRE NOUS CES DERNIERS MOIS...



Atelier vernissage à la Résidence Renaissance (16/09/2021)



Une journée au château de Bizy organisée par l'Espace André Joly (30/09/2021)



Visite du Sénat avec les Jeudis du centre de l'espace André Joly (04/10/2021)



Repas saveur à la Résidence Renaissance (27/11/2021)



Atelier compositions florales à la Résidence Renaissance (28/09/2021)



Après-midi Cell'Bleue (26/10/2021)



Circuit gastronomique avec une halte au domaine de la Corniche (26/11/2021)



Spectacle de l'Après-midi Cell'Bleue (26/10/2021)



Colis de Noël 2021

Événementiel

/ Le repas de printemps

À l'occasion du repas de printemps, venez retrouver vos amis et d'autres Cellois **le mercredi 18 mai 2022 de 12h30 à 17h** au gymnase Lucien-René Duchesne (51, avenue Maurice Hirsch, 78170 La Celle Saint-Cloud).

Au programme de cette journée : un orchestre avec chanteurs ouvrira et clôturera le déjeuner qui se prolongera par quelques danses jusqu'à 17h.

Inscription

Du lundi 4 avril au vendredi 29 avril 2022 en Mairie, au service « Aide à la personne / Seniors » dans la limite des places disponibles.

Le coupon-réponse figure en page 27 et 28

La composition des tables s'effectuera au moment des inscriptions.

Vous pourrez soit :

- Constituer votre table (10 personnes maximum). Dans ce cas, vous désignez une personne responsable qui se chargera d'inscrire le groupe en apportant le coupon-réponse avec tous les noms mentionnés et les signatures correspondantes qui confirmeront leur inscription. En échange, le C.C.A.S. lui remettra les tickets d'inscription avec le numéro de table retenue afin de les distribuer aux personnes du groupe.
- Vous inscrire individuellement ou en couple au C.C.A.S. qui vous indiquera votre placement lors de la remise de coupon d'inscription.



+ d'info

Service « Aide à la personne / Seniors »

☎ 01 30 78 10 44

Service Événementiel Seniors

☎ 01 30 78 10 40

Événementiel

/ Sorties

« Les Jeudis du Centre »

Les bénévoles des Jeudis du centre vous donnent rendez-vous autour de différentes sorties culturelles

Jour	Intitulé
7 avril 2022	Street Art à Versailles
12 mai 2022	Les jardins d'Albert Kahn
9 juin 2022	Sortie en cours de programmation

Inscription

Espace André Joly

☎ 01 30 08 10 70 / espaceandrejoly@ville-lacellesaintcloud.fr

« Sortie de Printemps » (sortie en car à la journée avec restaurant)

En cours d'organisation pour une date de sortie prévue en juin 2022. Ouverte aux non-résidents.

Information et pré-inscription

Résidence Renaissance ☎ 01 39 18 40 27



Les jardins Albert Khan

Événementiel

/ Conférences

Conférence « du tri dans son logement »

Vendredi 22 avril à 15h00 à la résidence Renaissance (inscr. obligatoire)

Au cours de cette conférence gratuite organisée en partenariat avec MOVADOM, vous découvrirez les astuces et méthodes des experts en rangement pour faire de la place chez vous mais aussi pour trier, ranger et classer vos documents administratifs. Une conférence ludique, écologique et pratique !

Conférence « l'adaptation du logement »

Vendredi 3 juin à 15h00 à la résidence Renaissance (inscr. obligatoire)

Vous souhaitez rester le plus longtemps possible chez vous et faciliter votre quotidien ? Cela est possible et nécessite quelques aménagements qui ne changeront pas vos habitudes mais simplifieront votre vie. Venez assister à la conférence gratuite sur l'adaptation des logements organisée en partenariat avec MOVADOM. Un ergothérapeute, professionnel de santé, spécialiste de l'autonomie, vous donnera des trucs et astuces pour rendre votre logement plus confortable et plus sécurisé

Information et inscription

Résidence Renaissance ☎ 01 39 18 40 27

/ Autres événements

Club AJ

L'Espace André Joly organise diverses activités une fois par mois lors du Club AJ. Il vous suffit de vous y inscrire !

Jour	Horaire	Intitulé
29 avril 2022	14h-16h	Club AJ
6 mai 2022	14h-16h	Cuisine
3 juin 2022	14h-16h	Cuisine
24 juin 2022	14h-16h	Club AJ

Événementiel

Inscription

Espace André Joly

☎ 01 30 08 10 70 / espaceandrejoly@ville-lacellesaintcloud.fr

/ Reportage audiovisuel « le Pays basque » de Didier Faget

Lundi 25 avril à 15h à la résidence Renaissance (inscr. obligatoire)

Nous partirons à la découverte de cette région de la Côte Atlantique à l'intérieur des terres, de ses produits du terroirs et manifestations traditionnelles. Accès gratuit, sur inscription.



/ Formation spéciale « aidants » : « les gestes qui sauvent »

Lundi 9 mai 2022 de 9h à 16h30 à la Résidence Renaissance (inscription obligatoire)

Cette formation PSC1, pour apprendre les gestes des premiers secours, est destinée prioritairement aux aides à domicile libérales et indépendantes ainsi qu'aux aidants familiaux des seniors cellois. Dispensée par un professionnel de l'UFOLEP, elle est entièrement gratuite.

/ Dépistage des troubles de l'audition

Mercredi 11 mai 2022 à partir de 14h30 à la Résidence Renaissance (inscription obligatoire)

Vous avez des doutes sur la qualité de votre audition ? Un audioprothésiste vous propose une séance gratuite de tests de votre audition afin de déceler d'éventuels troubles.

Information et inscription

Résidence Renaissance ☎ 01 39 18 40 27

Événementiel

/ La MJC propose aux seniors de la Ville

Activités

Jour	Horaire	Intitulé
Lundi	18h30 - 20h	Tai Chi Chuan - par Maître Yuan Zumou
Lundi	14h - 15h	Gym douce / Renfo - par Précillia Froger
Mercredi	18h - 20h	Théâtre senior - par Véronique de Kerpel

Spectacles

Date	Horaire	Intitulé
Mardi 12 avril Mardi 24 mai	20h-20h45	Pyja'contes : Les contes en pyjama <i>Soirée idéale grands-parents petits enfants (3/8 ans)</i>

Soirée

Date	Horaire	Intitulé
Mardi 28 juin	À partir de 19h	P'tit bal d'été

Événement à ne pas rater

Date	Horaire	Intitulé
Samedi 14 mai	À partir de 18h	60 ans de la MJC - Soirée des 60 ans <i>Petit bal trad, concert blues et boeuf des musiciens de la MJC depuis 1962</i>

Retrouvez toute la programmation sur www.mjclcsc.fr

Information et inscription

MJC ☎ 01 39 18 45 15 / @ : accueil@mjclcsc.fr

70bis, avenue des Etangs - 78170 La Celle Saint-Cloud

Focus

/ Service Aide à la personne en Mairie : une nouvelle équipe vous accompagne !

Le service « Aide à la personne » situé en Mairie accueille une nouvelle responsable, Madame Caroline PABOIS remplaçante de Madame Christelle BARBOSA qui a quitté notre Ville.

Madame PABOIS a exercé précédemment auprès de personnes âgées comme assistante sociale dans la Fonction Publique hospitalière en service de soins de suite puis en hospitalisation à domicile : elle achève actuellement un MASTER de direction des établissements et services pour personnes âgées et prend donc la responsabilité de notre service « Aide à la personne » en Mairie.

Sa priorité sera d'aider les cellois à faire les bons choix pour vieillir à domicile avec les aides adéquates : la tâche est importante car le service délivre une prestation d'aide à domicile à environ 60 domiciles chaque année ainsi qu'une prestation de portage de repas à une cinquantaine de foyers. Il renseigne et oriente 200 à 300 cellois chaque année sur les aides et l'accompagnement à domicile, c'est un guichet généraliste, ouvert à tous.

Le service réalise aussi des expertises chaque année auprès de quelques personnes isolées très vulnérables afin de les signaler aux autorités susceptibles de leur porter secours.

Madame Caroline PABOIS peut se rendre à votre domicile pour réévaluer votre plan d'aide si vous en avez besoin.

Madame PABOIS rejoint Isabelle JARRY (adjointe) et Marie-Natassia GASPARD (instructrice) pour former l'équipe administrative du service.



Suite p. 10

De gauche à droite de la photo : Marie-Natassia GASPARD, Caroline PABOIS et Isabelle JARRY

Focus

Elle encadre également 8 aides à domicile et deux livreurs du portage de repas.

Cette équipe se tient à votre disposition :

Le lundi de 14h00 à 17h00

Du mardi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h00 à 17h00

Vous pouvez aussi joindre le service soit :

- Par téléphone : 01 30 78 10 44
- Par mail à l'adresse : aidealapersonne@ville-lacellesaintcloud.fr.

PRINTEMPS 2022

Portage de repas : nouvelles admissions possibles sous 72h ou 48h en cas de retour d'hospitalisation.

Tarifs adaptés à tous : 9 tarifs dégressifs.

Régimes spéciaux sans supplément. Voir page 13.

 : 01 30 78 10 44

PRINTEMPS 2022

Aide à domicile : nouvelles admissions possibles

Vous êtes retraité, autonome pour les actes essentiels mais avez besoin d'aide (quelques heures seulement par semaine) pour des tâches ménagères, des courses, de l'aide à la préparation de repas, du repassage, des temps de convivialité ?

Le service aide à domicile du C.C.A.S. peut répondre à votre besoin

Appelez-nous !

 : 01 30 78 10 44

Focus

/ Le Club des Étangs ouvre ses portes



Le Club des Étangs a ouvert ses portes pour faire découvrir ses activités. Le temps de la retraite est souvent l'occasion de se découvrir de nouveaux centres d'intérêts et de pratiquer de nombreuses activités.

Le Club des Étangs, anciennement Club Renaissance, est un club seniors qui propose aux Cellois, pré-retraités à partir de 55 ans, ou en situation de handicap, de nombreuses activités ainsi que des stages et des ateliers moyennant une participation financière annuelle de 30 €.

Vous pourrez jouer ou pratiquer des activités pour maintenir votre forme : jeux de carte (tarots, whist, polignac, bridge, billard français,...), scrabble, loto mais aussi tennis de table, fléchette...

Michele STELLA, président du Club des Etangs l'assure : « *dans une ambiance chaleureuse et conviviale, le nouveau bureau de l'association vous accueille et vous guide en fonction de vos attentes et de vos centres d'intérêts. Vous êtes les bienvenus, que vous souhaitiez vous attacher à un club ou que vous recherchiez une activité précise. Chasser l'ennui, créer du lien social ou faire de nouvelles rencontres, avec le Club des Étangs finis les après-midi devant la télévision ou les sorties en solitaire, venez partager avec nous !* ».

Informartion et inscription

Club des Étangs ☎ 01 39 18 40 08 / @ : clubdesetangs@sfr.fr
Résidence Renaissance : 2E, avenue des Étangs - 78170 La Celle
Saint-Cloud

Focus

/ Deux associations caritatives celloises témoignent

L'association Conférence Saint-Vincent de Paul La Celle Saint-Cloud - Bougival

La Société de Saint-Vincent-de-Paul (SSVP) fait de la lutte contre la solitude le cœur de son action. Elle est organisée localement en Conférence Saint-Vincent de Paul (CSVP). Notre conférence couvre les territoires de Bougival et La Celle Saint-Cloud. Les 25 bénévoles de la CSVP vivent leur service pour entrer dans une relation vraie avec autrui, dans la durée en regardant l'autre comme une personne. Les bénévoles travaillent au sein d'une équipe, pour se soutenir, se conseiller et vivre concrètement la fraternité. Nos actions principales sont les suivantes :

1- La visite à domicile

2- L'aide alimentaire

3- L'aide locative

4- Actions internationales.

Contact

Benoît Eymard ☎ 06 07 95 07 69 / @ : csvp78drionne@gmail.com

Le Réseau Fraternel

Intégré au sein d'ETINCELLE-aepb, association de la paroisse catholique de La Celle Saint-Cloud s'occupant d'éducation et de charité, le RESEAU FRATERNEL a été créé pour venir en aide en offrant des services bénévoles aux plus démunis de la Ville, qui n'ont aucune solution face à un problème, que ce soit en termes d'accompagnement médical, de conduite pour problème administratif, d'aide aux courses, de petit dépannage ou autres.

Un réseau de bénévoles est prêt à apporter son soutien et ses services avec écoute, bienveillance et efficacité, appelez-les !

Contact

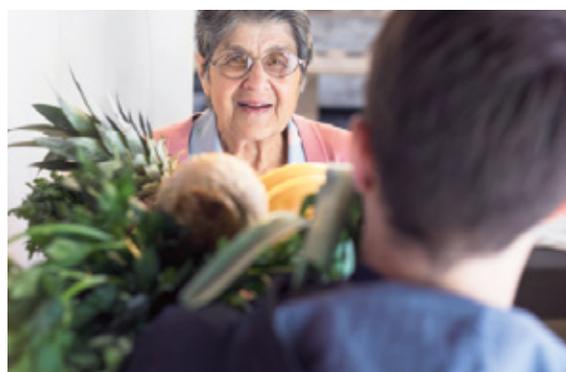
☎ 07 66 69 02 04 / @ : reseau.fraternel.78170@gmail.com

Information

/ Mon portage de repas à portée de main !

Faire ses courses et préparer ses repas peut devenir ponctuellement ou durablement un vrai problème : si vous êtes dans ce cas, essayez notre service de portage de repas, vous l'adopterez !

- Mes repas 7j/7 ou selon mon choix (minimum 2 déjeuners/semaines)
- Un tarif dégressif allant de 3,23 € à 12,91 € selon mes revenus



- Un service de livraison attentif à mes besoins, par les deux même agents toute l'année
- 50% de ma facture est déductible de mes impôts
- Une mise en place du service entre 48h et 72h (essai possible préalable avec 2 repas) ; je ne m'engage pas dans la durée
- Des repas spéciaux (régimes, repas mixé/mouliné) peuvent m'être servis sans supplément
- Des menus de qualité, avec de la viande française, des produits BIO, des pâtisseries, des plats régionaux et une attention particulière le jour de mon anniversaire

Appelez le service au **01 30 78 10 44 !**



Service « Aide à la personne/senior »

Responsable : Caroline Pabois

☎ : 01 30 78 10 44 - @ : aidealapersonne@ville-lacellesaintcloud.fr

Information

/ Vigilance contre les vols à la fausse qualité

Contre les vols, adoptez les bons réflexes...

Le vol par « fausse qualité » est le terme utilisé pour désigner les vols le plus souvent commis à domicile par des malfaiteurs se présentant comme des professionnels ou des représentants d'administrations. Le ou les malfaiteurs se présentent chez vous, munis d'une fausse carte et se font passer pour des professionnels d'un métier (agents des eaux, EDF, éboueurs, policiers, électriciens...) et affirment devoir pénétrer chez vous. Une fois entrés, ils accaparent votre attention et dérobent vos objets personnels. Les personnes âgées sont souvent les cibles privilégiées de ce genre de malfaiteurs. Il convient donc d'être très vigilant.



En concertation avec la Police Nationale, la Mairie souhaite vous rappeler quelques règles de conduite pour lutter contre ces vols :

- Vérifiez l'identité de la personne qui frappe à votre porte, n'ouvrez jamais immédiatement à un inconnu.
- Méfiez-vous des faux employés des services publics (du gaz, de l'électricité, du service des Eaux, de la Poste, de France Télécom, des faux policiers ou des faux gendarmes...).
- Exigez de voir la carte professionnelle même si la personne est en tenue d'uniforme, en cas de doute ne laissez pas entrer : différer le rendez-vous et demander, si possible, la présence d'une personne de confiance.
- Appelez le service ou l'administration dont se réclame l'individu pour vérifier l'objet de sa mission, n'utilisez pas les numéros fournis par cet individu mais vos propres numéros indiqués sur vos factures, dans vos dossiers.
- Ne laissez jamais une personne seule dans une pièce de votre logement.

En général soyez très vigilants envers les personnes susceptibles de vous proposer des services à domicile.

En cas de doute sur l'identité du visiteur et de manière générale, ne jamais hésiter à composer **le 17 (24h/24)**. Les effectifs de Police se déplaceront systématiquement.

Information

/ Cet été, je ne reste pas seul(e)...

Du côté du DISPOSITIF YES+

Depuis l'été 2020, le dispositif YES+ (Yvelines Etudiants Seniors) est un partenariat entre le Conseil départemental et les C.C.A.S. volontaires. Il participe à la prévention de l'isolement des personnes âgées sur le territoire des Yvelines, par le biais de visites de convivialité, réalisées en grande partie par des étudiants.

Pour l'été 2022, le C.C.A.S. de la Celle Saint-Cloud reconduit ce dispositif. En effet, un étudiant viendra à votre rencontre pour des sorties, des balades, pour vivre un moment musical, ou encore partager et transmettre votre histoire... du 1^{er} juillet au 31 août 2022.

Si vous êtes intéressé par la visite de convivialité d'un étudiant, nous vous invitons à contacter le service « Aide à la personne / Seniors » qui se chargera de vous mettre en relation avec cet agent de convivialité.



Été 2021 : cuisine intergénérationnelle à l'Espace André Joly avec la participation de YES+

« Les personnes âgées que je visite m'ouvrent des portes sur l'histoire de mon pays grâce à leurs riches témoignages vécus. À travers les années, j'ai ainsi pu rencontrer des personnes âgées de diverses nationalités ayant des histoires de vie uniques et précieuses reliées aux événements de la grande Histoire. »

Témoignage de Lucie, agent de convivialité 2021

Informations

Service « Aide à la personne / Seniors » ☎ 01 30 78 10 44

@ : aidealapersonne@ville-lacellesaintcloud.fr

Information

Du côté de la CANICULE

Comme chaque année, le service « Aide à la personne / Seniors » tient à jour le registre communal des personnes vulnérables, obligatoire dans chaque commune.

Ce registre est confidentiel et a pour objet de recenser les domiciles des personnes les plus vulnérables, âgées ou handicapées, afin de leur porter assistance en cas de crise comme la canicule.

Le C.C.A.S. déploie sa vigilance canicule du 1^{er} juin au 15 septembre 2022. Vous pouvez vous inscrire directement au service « Aide à la personne / Seniors » au 01 30 78 10 44 ou vous pré-inscrire via le coupon-réponse en page 30.

Contact et information

Service « Aide à la personne / Seniors » ☎ 01 30 78 10 44

@ : aidealapersonne@ville-lacellesaintcloud.fr

/ L'Allocation de solidarité proposée par le service social communal

La Municipalité et le C.C.A.S. proposent une allocation de solidarité à destination :

- Des personnes âgées à très faibles retraites.
- Des personnes handicapées, bénéficiaires de l'Allocation Adulte Handicapée (AAH).

Les dossiers seront instruits du vendredi 1^{er} avril 2022 au mardi 31 mai 2022.

Le montant de l'allocation communale de solidarité s'élève à 200 € par foyer et par an.

Information et dépôt des pièces

Espace André Joly / service social communal ☎ 01 30 08 10 70

@ : servicesocial@ville-lacellesaintcloud.fr

Information



/ Le voyage des seniors 2022

COMPLET

« *Alsacez-vous !* »

Après 2 années empêchées, le Centre Communal d'Action Sociale a prioritairement inscrit les déçus des voyages 2020 et 2021. 45 participants découvriront ou redécouvriront l'authenticité du Grand-Est et seront accueillis dans la ville de Munster.

Souhaitons-leur un bon voyage !

Agenda des aidants

Le réseau de santé GRYN en lien avec la Plateforme de Répit et d'Accompagnement des Aidants vous propose **des groupes de parole** un mardi par mois **de 14h30 à 16h30**.

Date	Thème
26 avril 2022	Maladie, Vieillesse : quand la famille s'emmêle
31 mai 2022	L'entrée en institution » (avec la directrice adjointe d'un EHPAD)
28 juin 2022	Quels plaisirs dans la relation aidant-aidé ?

Mais aussi, **des ateliers de sophrologie** : 11 & 12 avril 2022, 16 & 17 mai 2022 et 13 & 14 juin 2022

LIEU : EHPAD Saint-Joseph, 45 rue du général Leclerc, 78430 Louve-ciennes

Information

Laure GUILLEMIN, psychologue du GRYN

☎ 01 30 61 70 16 / @ : laure.guillemine@gryn.pro

Judith OUARY, psychologue de la plateforme Répit et d'Accompagnement des Aidants

☎ 08 00 07 84 30 / @ : plateformeaidants-78sjl@monsieurvincent.org

La Plateforme d'Accompagnement et de Répit des Aidants de Versailles organise le « **Café des aidants** » de Versailles un jeudi par mois **de 14h à 15h30**.

Date	Thème
7 avril 2022 (en présentiel) 21 avril 2022 (via zoom)	« Ma santé j'en prends soin... »
5 mai 2022 (en présentiel) 19 mai 2022 (via zoom)	« Quand lâcher prise dans l'accompagnement à domicile ? »
2 juin 2022 (en présentiel) 23 juin 2022 (via zoom)	« Quelle(s) reconnaissance(s) pour mon rôle d'aidant ? »

*Via zoom, contacter directement la Plateforme

LIEU pour le présentiel : La Résidence Médéric, 53-55, rue Exelmans, 78000 Versailles

Information

☎ 01 39 63 73 88 / @ : plateforme@hopitalporteverte.com

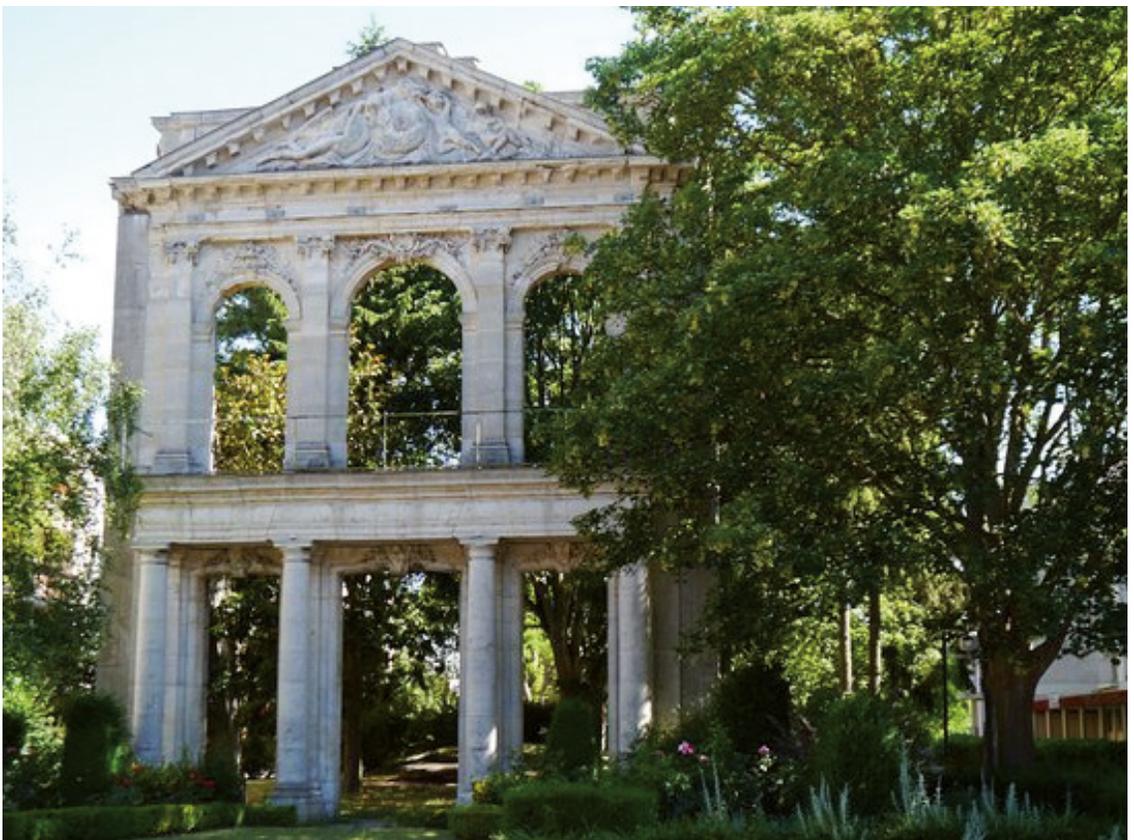
Côté nature

/ À la découverte du domaine de Beauregard

Viviane ARMATI vous propose un parcours vous permettant de découvrir ou redécouvrir autrement le domaine de Beauregard. Sur votre route vous pourrez admirer certains arbres remarquables.

Ancien Monastère, maison de campagne sous Louis XIV, le Domaine de Beauregard fut acquis en 1852 par Miss Howard qui a laissé son nom dans la petite histoire, par sa liaison avec Napoléon III. Elle adjoint au parc 18 parcelles ou propriétés environnantes portant ainsi sa superficie à près de 200 hectares. Lorsqu'elle dut rentrer dans l'ombre,

elle fit édifier une enceinte de hauts murs, dont il reste de nos jours quelques vestiges. Après la guerre de 1870, dévastatrice pour le parc, le Domaine fut vendu aux enchères et connut une nouvelle mais courte période faste. Le Baron Maurice de Hirsch qui s'en était rendu acquéreur, le fit remettre en état. On y introduisit de nouvelles essences et en particulier des résineux. Malheureusement, délaissé par ses propriétaires au début du XX^{ème} siècle, le domaine eut surtout à souffrir du passage successif des troupes lors du dernier conflit



Vestiges du château du Comte de Bendor

Côté nature

mondial. En 1949, le parc était à l'abandon, son enceinte croulait, le château, maintes fois pillé n'était plus qu'une ruine et la réalisation de l'autoroute de l'ouest avait mutilé le domaine. C'est alors que son propriétaire, le Comte de Bendorf conçut l'idée d'en faire don à la Ville de Paris, à charge pour elle d'y aménager des cités-jardins pour la population laborieuse de la capitale, un espace réservé aux sports et un grand parc forestier ouvert au public. On trouve un grand nombre d'arbres remarquables sur le Domaine, arbres que vous pourrez découvrir le long de ce parcours, long de 4,5 kms, allant du Bas de Beauregard vers le Haut et retour.

Le parcours part de l'Espace André Joly, se poursuit vers le quartier de la Garenne Béchevet tout en bas, revient vers l'étang puis à travers de grands espaces verts remonte vers la Place du Comte de Bendorf, puis l'école Dunant, contourne les derniers immeubles côté autoroute et redescend toujours par diverses grandes pelouses et allées pour retrouver le point de départ.

Vous pouvez suivre ce parcours comme indiqué ou le personnaliser à votre guise, en vous référant aux numéros sur la carte des arbres.



Balade des Cerisiers avec l'Espace André Joly (avril 2021)

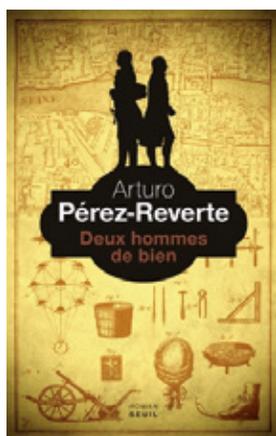
Si vous souhaitez obtenir le parcours « Beauregard et ses arbres remarquables » ainsi que les emplacements des arbres remarquables, n'hésitez pas à vous adresser au service Événementiel Seniors, en Mairie ☎ 01 30 78 10 40

BON PARCOURS ET BONNE DÉCOUVERTE

Article rédigé par Viviane ARMATI

Culture

/ La bibliothèque BERNARD vous propose ses 2 coups de cœur...



Deux hommes de bien / Arturo Pérez-Reverte, Éditions Seuil

Partez pour une aventure entre France et Espagne au XVIII^{ème} siècle et suivez le bibliothécaire don Hermogenes Molina et l'Amiral don Pedro Zarate, membres de la Real Academia Española (équivalent de notre Académie française), dans leur quête pour récupérer les précieux volumes de l'*Encyclopédie ou Dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des métiers* pour le fonds de la bibliothèque de l'Académie. L'Encyclopédie a été bannie par le clergé espagnol, leur rendant la tâche ardue, et nombre d'acteurs dissidents vont tenter de leur mettre des bâtons dans les roues. Nos deux personnages, de prime abord totalement opposés l'un à l'autre, vont tisser des liens indéfectibles en cherchant cette maudite encyclopédie, qui se dérobe continuellement à leurs mains habiles. Arturo Pérez-Reverte mêle finement fiction et réalité : croisez d'Alembert ou Benjamin Franklin déambulant dans le Paris des Lumières où la Révolution ne va pas tarder à pointer le bout de son nez, ainsi que des personnalités hautes en couleur totalement fictives. L'auteur nous emmène également en balade avec lui au temps présent, avec des passages évoquant la genèse du roman. Un bel hommage aux anciens récits d'aventures.

À même la peau / Lisa Gardner, lu par Colette Sodoyez, Audiolib

D. D. Warren est dans une mauvaise passe : son enquête sur un tueur qui dépèce ses victimes piétine et elle se retrouve handicapée par une grave blessure. De plus, il semblerait que sa psy soit la fille d'un tueur en série décédé, et la sœur d'une criminelle en prison. L'hérédité aurait-elle un lien dans cette affaire ? Le style de Lisa Gardner est dépouillé et direct, la construction de l'histoire rigoureuse et fouillée et la profondeur des personnages et de leur psyché est très intéressante. L'alternance des points de vue entre l'enquêtrice et sa thérapeute apporte un réel intérêt et les chapitres s'enchaînent rapidement.



Culture

C'est un réel plaisir de suivre un thriller mené tambour battant, sans pause pour souffler. Il est presque plus prenant de l'écouter que de le lire, la tension montant au fil de la lecture de la narratrice.

Plus de 400 livres-audio sont disponibles à la bibliothèque Bendern, dans une variété de genres (des romans contemporains et classiques, des policiers mais aussi des essais). Profitez d'un instant d'écoute rien que pour vous et évadez-vous le temps d'un récit.

Articles rédigés par Claire MEHEUST,
bibliothécaire secteur adulte à Bendern

/ CULTURE SENIORS

Charlotte MARINIER, votre nouvelle médiatrice culturelle vous propose de découvrir les différentes expositions organisées par le service Culturel de la Ville par petits groupes lors de ses séances « Culture seniors ».

Elle vous accueillera dans le salon des Expositions en Mairie. Ces séances sont totalement dédiées aux seniors Cellois souhaitant mêler culture et convivialité.

Inscrivez-vous avant de vous rendre à ces séances !

Exposition <i>De l'Assartx au Carré des arts</i> Du 26 mars au 8 mai 2022	Exposition <i>La nuit et le jour</i> Du 21 mai au 19 juin 2022
Mercredi 13 avril 2022 à 15h	Mercredi 1 ^{er} juin 2022 à 15h
Vendredi 22 avril 2022 à 14h30	Vendredi 17 juin 2022 à 14h30
Jeudi 5 mai 2022 à 14h30	



Exposition « *La route des Contes - La Syrie* »
(10/11/2021)



Exposition « *des Arbres et des Hommes* »
(17/02/2022)

Culture

/ EXPOSITIONS

Du 26/03 au 08/05/2022

De l'Assartx au Carré des Arts, les Beaux-Arts ont 50 ans

Du 21/05 au 19/06/2022

La nuit et le jour, Par le Carré des Arts

/ SPECTACLES TOUT PUBLIC

08/04/2022

*Roukiata Ouedraogo
One-woman show*

17/06/2022

Spectacle surprise

/ CONFÉRENCES

Samedi 9 avril 2022

Le monde de l'art « Raphaël »
En lien avec l'exposition à la National Gallery de Londres au printemps 2022.

/ OPÉRA AU CINÉMA

Dimanche 3 avril 2022

Giselle

Enregistré au palais Garnier
Direction musicale : Koen



De l'Assartx au Carré des Arts, les Beaux-Arts ont 50 ans

26 MARS — 8 MAI

Salons de l'Hôtel de Ville
De La Celle Saint-Cloud

Entrée libre, tout public, du mercredi au dimanche de 15h à 19h.

 www.culture-lacellesaintcloud.fr   



ROUKIATA OUEDRAOGO
Je demande la route

Partis au milieu de la nuit
MONTAGNE ELIZABETH en compagnie de GUY-ROBERT
Collaboration artistique de ROUGHERREZ

/ CINÉMA

Programmations et horaires :
www.culture-lacellesaintcloud.fr

Renseignements et billetterie

 01 30 78 10 70 ou sur www.culture-lacellesaintcloud.fr

Loisirs

AVANT GARDISTE		ORGANISER		RASSASIÉES		TROU D'AIGUILLE		ARBRES DU LIBAN	
MATIÈRE SCOLAIRE		AMANITES DES CÉSARS		HUILE PURGATIVE		PHASE LUNAIRE		ÉTAT D'ASIE	
▶		▼		▼		▼		▼	
CHAUVE SOURIS	▶								
FORMULÉ									
▶						SORTE DE DAURADE	▶		
SÉCULAIRE	▶						ARRIVÉ SUR TERRE	▶	
FLEUVE DE PROVENCE							PARACHEVÉS	▼	
▶						HABITANTE DU NORD		IDENTIFIE UN GROUPE	
TERME DE BELOTE	▶			GROUPE	INFORTUNÉ GÉNÉRAL	▶	▼		PORTION
IMPÔT SOCIAL				PÉTROLIER	METS SUISSE				▼
▶			CHIEN DE BERGER	▶	▼				
			FLEUVE DU CONGO	▶	▼				
CRI DES BACCHANTES		ÎLE DES SAMOA	▶					TIENNENT BON LES RAMES	
▶		FRUIT DU SUD	▼					▼	
				GÉNIES DU NORD	▶				
UTOPIQUE	▶								
ASSEMBLÉE									
▶				SOUTIEN- NENT LA QUILLE	▶				SÉLÉNIUM DU SAVANT
				GRANDE DISTANCE	▶				▼
RÉSUMÉ D'UNE VIE	▶		SANS GÈNE	▶					
PRÉDÉ- CESSEUR			AUCUNE	▶					
▶					UN NOM QUI ACCROCHE	▶			

Vous pourrez trouver la solution de cette grille en page 26

Loisirs

Quiche au saumon frais, brocolis et feta

INGRÉDIENTS

(POUR 4 PERSONNES)

- 1 kg de brocolis frais
- 100gr de feta
- 100gr de saumon fumé
- 2 œufs
- 20cl de crème fraîche liquide
- 1/2 jus de citron et quelques zestes
- poivre



PRÉPARATION : 15 MINUTES ET CUISSON : 45 MINUTES

- Lavez les brocolis, coupez le tronc dur et séparez-les en petites sommités. Dans une grande casserole d'eau bouillante, faites-les cuire pendant environ 10-15 min, ou bien à la vapeur pendant 10 min. Réservez une fois cuits.
- Préchauffez le four à th.6 (180°C).
- Dans un saladier, écrasez la feta et les brocolis avec une fourchette. Emiettez le saumon et ajoutez-le au saladier, salez, poivrez, et arrosez de jus de citron.
- Battez les œufs et ajoutez-les à la préparation, puis versez la crème fraîche.
- Versez cette préparation sur une pâte brisée, puis enfournez pendant 30 min à th.7 (200°C).

ASTUCES

Pour relever légèrement cette quiche au saumon, brocoli et feta, vous pouvez ajouter quelques cuillères à café de curry et de curcuma, à doser selon les goûts. Pour une recette encore plus saine, remplacez la crème par une crème allégée ou bien du soja cuisine.

Vous pouvez la déguster chaude comme froide.

Bon appétit !

SOLUTION DE LA GRILLE DE MOTS FLÉCHÉS

	L		A		C		C		C
G	E	O	G	R	A	P	H	I	E
	O	R	E	I	L	L	A	R	D
E	N	O	N	C	E		S	A	R
	A	N	C	I	E	N		N	E
A	R	G	E	N	S		P		S
	D	E	R			L	E	E	
R	D	S		B	R	I	A	R	D
	E		U	P	O	L	U		O
E	V	O	E		E	L	F	E	S
	I	L	L	U	S	O	I	R	E
U	N	I	E		T	I	N	S	
	C	V		A	I	S	E	E	S
A	I	E	U	L		E	S	S	E

Coupon-réponse

LE REPAS DE PRINTEMPS

MERCREDI 18 MAI 2022 de 12h30 à 17h00

**À retourner le plus tôt possible et impérativement
avant le VENDREDI 30 AVRIL 2022**

Nom et prénom du réservataire :

Adresse :

Tél. domicile : Tél. portable :

Je réserve pour : Moi-même Mon couple Ma table

Tableau récapitulatif des mes inscriptions : moi, mon couple ou des personnes m'ayant donné procuration pour les inscrire à ma table (10 personnes maximum par table)

	Nom	Prénom	Adresse	Téléphone	Signature
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
Nombre de places à retenir		Réservation de table n°			

*Nous vous confirmerons dans la limite des places disponibles
Merci de bien vouloir retourner ce coupon*

**Mairie de la Celle Saint-Cloud | C.C.A.S. / Service « Aide à la personne / Seniors »
8E, avenue Charles de Gaulle | 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD
01.30.78.10.44 | aidealapersonne@ville-lacellesaintcloud.fr**

Coupon-réponse

LE REPAS DE PRINTEMPS

MERCREDI 18 MAI 2022 de 12h30 à 17h00

En cas de besoin de transport, merci de remplir ce coupon :

Proposition 1

Vous pouvez, si vous le souhaitez, bénéficier d'une navette gratuite en car aller-retour, mise à disposition à cette occasion par Transdev Nanterre :

- Départ à 12h15 de l'arrêt de bus Notre Dame de Beauregard vers le gymnase
- Départ à 16h45 du gymnase vers l'arrêt de bus Notre Dame de Beauregard.

Proposition 2

- Désire bénéficier d'un transport exceptionnel gratuit assuré par la Mairie.

Ce transport est réservé aux personnes justifiant d'une incapacité physique (maladie, handicap) de se déplacer par leurs propres moyens.

Aucune inscription ne sera prise en compte par téléphone, par courrier ou par courriel.

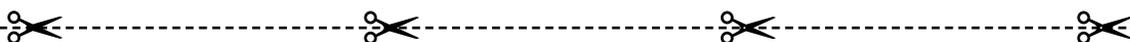
Conformément au Règlement général européen sur la protection des données (RGPD), les services du Centre Communal d'Action Sociale de La Celle Saint-Cloud vous informent que vos données serviront uniquement à l'envoi des informations que vous aurez choisies. En aucun cas, le C.C.A.S. ne communiquera à un service extérieur votre adresse courriel ou vos données personnelles. Ces données seront conservées durant une durée maximale de 10 ans. Vous pouvez exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition et de portabilité en écrivant au Délégué à la protection des données dpo@ville-la-cellesaintcloud.fr, ou Mairie de la Celle Saint-Cloud, Délégué à la protection des données, 8E avenue Charles de Gaulle, 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD.

Coupon-réponse

INSCRIPTION / REACTUALISATION sur « le Carnet d'adresses des Seniors »

Vous êtes Cellois et âgé de plus de 65 ans, vous souhaitez recevoir le magazine Cell'Seniors, il suffit de vous inscrire sur « le Carnet d'adresses des Seniors » et de vous rendre au service « Aide à la personne / Seniors » muni de ce coupon-réponse, **d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois** :

Mairie de la Celle Saint-Cloud | C.C.A.S.
8E, avenue Charles de Gaulle | 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD
01.30.78.10.44 | aidealapersonne@ville-lacellesaintcloud.fr



INSCRIPTION / REACTUALISATION sur « le Carnet d'adresses des Seniors »

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :- 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD

Tél. domicile : Tél. portable :

Mail :

J'accepte que le C.C.A.S. de La Celle Saint-Cloud m'adresse (au choix) :

- Cell'Seniors par courrier et par mail, deux fois par an
- Cell'Seniors par courrier uniquement, deux fois par an
- Cell'Seniors par mail uniquement, deux fois par an

Fait à la Celle Saint-Cloud

Le :

Signature

Conformément au Règlement général européen sur la protection des données (RGPD), les services du Centre Communal d'Action Sociale de La Celle Saint-Cloud vous informent que vos données serviront uniquement à l'envoi des informations que vous aurez choisies. En aucun cas, le C.C.A.S. ne communiquera à un service extérieur votre adresse courriel ou vos données personnelles. Ces données seront conservées durant une durée maximale de 10 ans. Vous pouvez exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition et de portabilité en écrivant au Délégué à la protection des données dpo@ville-lacellesaintcloud.fr, ou Mairie de la Celle Saint-Cloud, Délégué à la protection des données, 8E avenue Charles de Gaulle, 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD.

Coupon-réponse

Pré-inscription au Registre communal des personnes âgées ou handicapées vulnérables (prévu par la loi n°2004-626 du 30 juin 2004)

Vous êtes :

- Une personne âgée de 65 ans et plus, résidant à votre domicile,
- Une personne âgée de plus de 60 ans reconnue inapte au travail, résidant à votre domicile
- Une personne adulte handicapée bénéficiant de l'un des avantages suivants (A.A.H., A.C.T.P., carte d'invalidité, reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé, pension d'invalidité ou du code des pensions militaires d'invalidité et des victimes de guerre), résidant à leur domicile.

Et vous souhaitez, vous inscrire sur le Registre communal des personnes vulnérables. Il vous suffit de contacter

Mairie de la Celle Saint-Cloud | C.C.A.S.
8E, avenue Charles de Gaulle | 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD
01.30.78.10.44 | aidealapersonne@ville-lacellesaintcloud.fr

Dès réception de ce coupon-réponse, le service « Aide à la personne / Seniors » vous contactera pour finaliser votre inscription téléphoniquement (durée 15 minutes, quelques questions sur votre situation à domicile).



Pré-inscription sur le Registre communal des personnes vulnérables

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :- 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD

Tél. domicile : Tél. portable :

Mail :

Fait à la Celle Saint-Cloud

Le :

Signature

Conformément au Règlement général européen sur la protection des données (RGPD), les services du Centre Communal d'Action Sociale de La Celle Saint-Cloud vous informent que vos données serviront uniquement à l'envoi des informations que vous aurez choisies. En aucun cas, le C.C.A.S. ne communiquera à un service extérieur votre adresse courriel ou vos données personnelles. Ces données seront conservées durant une durée maximale de 10 ans. Vous pouvez exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition et de portabilité en écrivant au Délégué à la protection des données dpo@ville-lacellesaintcloud.fr, ou Mairie de la Celle Saint-Cloud, Délégué à la protection des données, 8E avenue Charles de Gaulle, 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD.

Annuaire

Espace André Joly

1A place du jumelage
78170 La Celle Saint-Cloud
Tél. : 01.30.08.10.70
espace.andrejoly@ville-
laclesaintcloud.fr
 espaceandrejoly

Résidence Renaissance

2E, avenue des Étangs
78170 La Celle Saint-Cloud
Tél. : 01.39.18.40.27
residence.renaissance@
ville-laclesaintcloud.fr

Service de Soin Infirmiers à Domicile

S.S.I.A.D.- G.C.S.M.S
8E, avenue Charles de Gaulle
78170 La Celle Saint-Cloud
ssiad@ville-laclesaintcloud.fr
Tél. : 01.30.78.10.64

Pôle Autonomie Territorial

Guichet de proximité pour les seniors et personnes handicapées

18, avenue Dutartre
78150 Le Chesnay
grandversailles@mda-yvelines.fr
Tél. : 01.30.83.60.00

Service événementiel seniors

Hôtel de Ville
8E, avenue Charles de Gaulle
Tél. : 01.30.78.10.40
directionsocial@ville-
laclesaintcloud.fr

Service « Aide à la personne / Seniors »

Hôtel de Ville
8E, avenue Charles de Gaulle
Tél. : 01.30.78.10.44
aidealapersonne@ville-
laclesaintcloud.fr

Service social communal

Espace André Joly
1A, place du jumelage
Tél. : 01.30.08.10.70
servicesocial@ville-
laclesaintcloud.fr

Bibliothèque Bendern

4, place du comte de Bendern
78170 La Celle Saint-Cloud
Tél. 01.39.69.12.15
bibliotheque.lcsc@gmail.com



La Celle Saint-Cloud

Cette édition spéciale à destination des seniors a été réalisée par le C.C.A.S.

Elle est **disponible** sur simple demande au **01 30 78 10 40** ou **10 44**
ou **en mairie** au C.C.A.S.

Vous la retrouvez aussi sur www.lacellesaintcloud.fr