

Cell'Seniors

— Automne-Hiver 2022-2023

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



Ensemble, rendons la vie plus belle !



La Celle Saint-Cloud

Édito

Ensemble, rendons la vie plus belle !

Votre numéro automne-hiver 2022/2023 de Cell'Seniors vous invite plus que jamais à sortir de chez vous, à partager des activités, même à devenir acteur de la vie locale, si le cœur vous en dit ! (voir page 14).

Rencontrer les autres, s'engager pour les autres, ça peut commencer autour d'un stand du Forum des associations qui vous donne rendez-vous le dimanche 4 septembre 2022 (page 4).

Le vieillissement est d'abord un état d'esprit nous rappelle notre doyenne (page 11) et en 2022, on peut s'émerveiller encore facilement de la beauté du monde avec quelques autres Cellois octogénaires, si j'en crois la page 10 !

Dans ce numéro, les propositions pour sortir de chez soi ne manquent pas. Deux événements de rentrée feront des heureux :

- L'Après-midi Cell'Bleue du mercredi 5 octobre 2022 au Théâtre (page 4).
- La sortie en car à la journée (repas compris) dans le Perche au château de Montmirail du jeudi 20 octobre 2022 (page 5).

Les activités des pages 6 à 9 prennent aussi leurs inscriptions. Je vous invite tout particulièrement à rendre visite à votre nouveau Club des Etangs ! Vous serez accueilli chaleureusement par les membres de cette association pour plus d'explications sur les activités programmées.

Alors protégez-vous, certes, mais ne restez pas isolé(e) : votre Ville a besoin de vous, tout autant que vous avez besoin d'elle.

Je vous souhaite à toutes et à tous une bonne rentrée !



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

Ben s'vous,

Sommaire

3 Regard

10 Focus

21 Culture

4 Événementiel

15 Informations

22 Loisirs

6 Activités

19 Coups de cœur

Regards

QUELQUES SOUVENIRS PARTAGÉS ENTRE NOUS CES DERNIERS MOIS...



Voyage des seniors 2022 – Alsacez-vous !
Du 30 avril au 7 mai 2022



Mise sous pli
du Cell'Seniors
Merci aux bénévoles !
25 mars 2022



Sortie de Printemps – En calèche !
Résidence Renaissance - 8 juin 2022



Le Club « AJ » à l'Espace André Joly



Le retour du Repas de Printemps
18 mai 2022 - COSEC



Apéritif Tonnelle - Résidence Renaissance
7 juillet 2022

Événementiel

/ Forum des associations

Le dimanche 4 septembre 2022

De 10h à 18h

Venez (re)découvrir les associations de la Ville (sportives, culturelles, sociales, artistiques, humanitaires...) au **Parc de la Grande Terre**.

Ce rendez-vous annuel très attendu est l'occasion de s'inscrire à une activité ou de rejoindre une équipe de bénévoles. Les associations ont besoin de nouveaux bénévoles, engagez-vous !

Pour + d'informations
www.lacellesaintcloud.fr



/ L'après-midi Cell'Bleue

À l'occasion de « l'Après-midi Cell'Bleue », venez retrouver vos amis et rencontrer d'autres Cellois **le mercredi 5 octobre 2022 de 14h30 à 16h30**.

Pour cette nouvelle édition, la Ville et le C.C.A.S. sont heureux de vous présenter le spectacle aux couleurs de l'Asie, intitulé : « *Chine : voiles, danses et acrobaties* » de la production « Couleurs en Jeux » - au Théâtre municipal.

À la sortie du spectacle, un colis « douceur » vous sera offert.

Seules pourront participer, les personnes ayant renvoyé leur coupon-réponse **avant le vendredi 16 septembre 2022** (places limitées à 300 personnes).



Vous êtes invité(e) **à partir de 14h30** (début du spectacle à 15h). Un contrôle nominatif de votre réservation sera effectué à l'entrée du Théâtre municipal entre 14h30 et 14h45.

Inscriptions

Du jeudi 1^{er} au vendredi 16 septembre 2022 par coupon-réponse **uniquement** dans la limite des places disponibles. Le coupon-réponse figure en page 25. Vous pouvez le retourner, complété et signé, au service « Aide à la personne / Seniors » en Mairie

☎ 01 30 78 10 44

Événementiel



/ Sortie au château de Montmirail

Partez traverser le Perche et venez découvrir le château de Montmirail !

Les bénévoles des « Jeudis du centre » organisent, avec le soutien du C.C.A.S., une sortie culturelle exceptionnelle :

Le jeudi 20 octobre 2022 - toute la journée

Au programme

Un bus vous amènera et vous déposera devant le château.

Les visites du château et de ses jardins seront commentées par un guide expérimenté. Une animation « forge » vous attendra.

Sur place, un buffet et café gourmand vous seront servis.

Tarif dégressif

Conditions

Ouvert à tous mais les non-adhérents doivent s'inscrire impérativement auprès de l'Espace André Joly.

Inscriptions et informations

À partir du jeudi 15 septembre à 14h00

Espace André Joly (EAJ)

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

/ Sorties

« Les Jeudis du Centre »

Les 2^{èmes} jeudis du mois, hors vacances scolaires, le dynamique et bénévole groupe de Cellois des « jeudis du centre » organise une sortie culturelle en Île-de-France. Les visites sont commentées par un guide expérimenté.

Attention, sauf exception, le transport est autonome.

Jour	Intitulé
20 octobre 2022	Château de Montmirail (page 5) - Sortie exceptionnelle
Novembre 2022	Source des grandes eaux - Versailles
Décembre 2022	Musée de Cluny - Paris
Janvier 2023	Musée de la mode - Paris
Février 2023	Musée de l'air - Le Bourget
Mars 2023	Cimetière des chiens - Asnières

Club AJ (club seniors)

Une fois par mois, l'Espace André Joly vous concocte une belle après-midi chaleureuse et récréative !

Inscription gratuite.

Jour	Horaire	Intitulé
23 septembre 2022	14h-16h	Jeux de société
21 octobre 2022		Décoration papier
25 octobre 2022		Cuisine (intergénérationnelle)
28 octobre 2022		Jeux de société
4 novembre 2022		Les ateliers & les activités seront définis prochainement par les adhérents
25 novembre 2022		
16 décembre 2022		
20 décembre 2022		
23 décembre 2022		

Inscriptions et informations

Espace André Joly (EAJ)

 01 30 08 10 70 / espace.andrejoly@ville-lacellesaintcloud.fr

/ Ateliers

« **Bien sur internet** »

La résidence Renaissance organise un atelier intitulé : « Bien sur internet ». Cet atelier a pour objectif de vous accompagner pas à pas dans l'apprentissage des usages de l'ordinateur, de la tablette et du web.

Jour	Horaires	Intitulé
7 septembre 2022	14h30	Réunion d'information
Du 12 septembre 2022 au 14 octobre 2022*	14h-16h30	Atelier « Bien sur internet »

*Contacter la résidence Renaissance pour connaître les dates précises. Sur la même période, l'EAJ propose un stage informatique débutant, renseignez-vous !

Conditions

Priorité aux résidents. Ouvert à tous dans la limite des places disponibles. Inscription gratuite.

Inscriptions et informations

Résidence Renaissance ☎ 01 39 18 40 27
residence.renaissance@ville-lacellesaintcloud.fr

« **La gestion mentale** »

L'apprentissage de la gestion mentale s'appuie sur la maîtrise des cinq gestes mentaux que sont l'attention, la mémorisation, la compréhension, la réflexion et l'imagination créatrice. Très souvent au cours de notre vie, notre mémoire nous fait défaut. En petit groupe, vous constaterez qu'il s'agit la plupart du temps d'un souci d'attention ou de mémorisation. Des exercices, vous permettront d'y voir plus clair, d'orienter vos efforts et de progresser !

Jour	Horaires	Intitulé
13 septembre 2022	15h15-16h15	Réunion d'information
Tous les mardis de septembre à décembre 2022 Hors vacances scolaires		Ateliers

Tarif dégressif

Conditions

Priorité aux adhérents de l'Espace André Joly. Ouvert à tous dans la limite des places disponibles. Les non-adhérents doivent s'inscrire impérativement auprès de l'Espace André Joly.

Inscriptions et informations

Espace André Joly (EAJ)
☎ 01 30 08 10 70 / espace.andrejoly@ville-lacellesaintcloud.fr

Activités

Je sors de chez moi !

/ Club des Étangs

Nouvelle équipe

Nouvelles activités

Ouvert

- Le lundi de 13h30 à 18h30
- Du mardi au vendredi de 14h à 18h30.

Plusieurs activités libres vous sont proposées :

- Divers jeux de cartes (tarot, barbut, belote coincée, whisky polignac)
- Billard français,
- Baby-foot,
- Jeux de société



Jour	Intitulé
Lundi	Bridge - Tournoi
Mardi	Bridge - Jeu libre
Mercredi	Scrabble Ping-pong
Jeudi	Ping-pong Karaoke - 1 fois par mois Café littéraire - 1 fois par mois Initiation au dessin - matin
Vendredi	Ping-pong

Réservé aux seniors de 55 ans et plus.

Adhésion : 30 € / an

Inscriptions et informations

Club des Etangs

2A, avenue des Etangs - 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD

☎ 01 39 18 40 08 / @ : clubdesetangs@sfr.fr



/ Sport

Gym équilibre

En pratiquant une activité physique douce, la gym équilibre vous permet de diminuer votre risque de chutes et les conséquences qui en découlent.

Par le biais de parcours d'équilibre, de jeux, de techniques d'étirements adaptées, vous maintenez votre développement musculaire et vous luttez efficacement contre les effets du vieillissement.

La Gym équilibre participe à vous rendre plus sûr de vous et vous permet de reprendre confiance en votre corps.

N'hésitez plus, inscrivez-vous !

Jour	Horaires	Intitulé
13 septembre 2022	14h-15h	Réunion d'information
20 & 27 septembre 2022	14h-15h	Séance Gym équilibre
4, 11, 18 & 25 octobre 2022		
8, 15, 22 et 29 novembre 2022		
6 & 13 décembre 2022		

Tarif : Gratuit

Conditions

Accès aux adhérents de l'Espace André Joly uniquement.

Être présent de la 1^{ère} séance pour l'évaluation et à la dernière pour le bilan.

Inscriptions et informations

Espace André Joly (EAJ)

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

Focus

/ Une résidence à la pointe de la technologie

Découverte de nouveaux outils numériques à la résidence Renaissance

En partenariat avec le service E-TONOMY du Conseil départemental des Yvelines et l'association INVIE (plateforme d'aide à domicile), les résidents de Renaissance ont accès à des outils numériques « dernier cri » ainsi qu'à diverses animations.

Depuis novembre 2021 un **Ecran Numérique Interactif PROMOTHEAN** permet de suivre simultanément avec d'autres établissements, des conférences culturelles, des cours de gymnastique ou de relaxation, des quizz ou encore des balades « en live » dans les quartiers de Paris. C'est également un support utilisé lors des ateliers organisés par des intervenants au sein de l'établissement.

En juillet, un atelier fût l'occasion pour 6 résidents d'expérimenter les casques de vision « 3D LUMEEN », découvrant les somptueuses contrées de l'Alaska et s'émerveillant sous une voûte étoilée, sillonnée d'aurores boréales !

Plusieurs ateliers de ce type seront programmés au cours des prochains mois.

En complément, afin de se familiariser avec leur ordinateur, tablette ou smartphone, un atelier informatique 1^{er} niveau est organisé à la résidence Renaissance



Informations

Résidence Renaissance

☎ 01 39 18 40 27

avec le PRIF. Il est ouvert aux cellois dans la limite des places disponibles.

Et les résidentes comme Brigitte, Christiane ou Pierrette, qu'ont-elles pensé de cette expérience avec le casque de vision 3D ?

« On était plongé complètement dedans ! »

Brigitte

« On a rêvé, c'est tellement beau... à refaire ! »

Pierrette

« La proximité des images...on a presque envie de plonger la main dans l'eau pour toucher le saumon qui remonte la rivière ! »

Christiane

/ Portrait d'Yvonne Wallerand

Doyenne des Cellois, à l'occasion de son 105^{ème} anniversaire

Le service « Aide à la personne / Seniors » du C.C.A.S. est allé rendre visite à Madame Yvonne WALLERAND pour proposer aux lecteurs de Cell'Seniors un portrait de notre doyenne.



Visite du Maire et de la Vice-Présidente du C.C.A.S. au domicile d'Yvonne Wallerand (105 ans), le 17 mai 2022.

- **Madame Wallerand, vous êtes soutenue à votre domicile par un plan d'aide supervisé avec beaucoup d'amour et d'attention par votre famille : quel est ce plan d'aide ? Vous convient-il ?**

J'ai une aide à domicile du C.C.A.S. tous les matins du lundi au vendredi ainsi que le S.S.I.A.D. 7 jours sur 7 (Service de Soins Infirmiers À Domicile intercommunal créé par le C.C.A.S.) et enfin un autre service privé d'aide à domicile les soirs et week-ends.

C'est mon petit fils qui pilote mon plan d'aide mais à distance car il habite le sud

de la France. Ma belle-fille, sa maman, plus proche, me soutient et m'assiste également. Ce plan d'aide ne me pose pas de problème, j'en ai besoin, je l'accepte. Ça se passe bien.

NDLR : nous savons par les intervenants professionnels que Madame Wallerand est très appréciée, toujours positive, ne se laissant pas abattre...

- **Au début, est-ce que ça été difficile pour vous d'accepter d'être aidée ?**

Non, pas de mauvais souvenir !

Focus

- **Parlez-nous des différentes personnes qui vous visitent chaque semaine pour vous aider ?**

Ce sont des professionnelles qui font bien leur travail, je discute avec toutes, je les reçois bien et grâce à elles je me maintiens. Elles ne me refusent pas les petits services dont je peux avoir besoin, ça se passe bien entre nous, je ne vois pas quoi vous dire de plus.

- **Votre famille supervise pour vous ce plan d'aide et l'adapte en cas de besoin : c'est une chance de pouvoir compter sur eux ? Avez-vous toujours eu de la chance ?**

Non, je n'ai pas toujours eu de la chance mais j'ai toujours affronté avec détermination les épreuves de la vie et fait mon devoir (décès précoces de mon mari puis de mon fils que j'ai soignés et accompagnés moi-même de mon mieux) ; puis j'ai élevé mon petit-fils en accord avec ma belle-fille. Aujourd'hui notre amour est toujours fusionnel, les actions de Nicolas sont naturelles, il ne sait pas quoi faire pour mon bonheur.

- **Vous êtes celloise depuis 1969, vous avez toujours habité cet appartement du domaine de Beauregard : quel est votre meilleur souvenir vécu dans notre ville ?**

L'enfance de mon petit-fils, Nicolas, est mon meilleur souvenir.

- **Quelle qualité ou quelle recette magique vous permet d'être centenaire ?**

Je n'ai pas de recette magique !
Oui, mais elle a une qualité nous confie sa belle-fille : sa détermination à ne pas se laisser abattre, à voir toujours le versant positif de la vie ; elle a un mental hors-norme.

- **Comment va le monde aujourd'hui à vos yeux ?**

Il va... Ni mieux ni moins bien qu'avant... Je n'ai pas grand-chose à en dire car je ne me mêle pas, par principe, des affaires des autres, je ne juge pas les autres... Chacun chez soi, ce qui n'empêche pas de s'apprécier ou de se fréquenter, je me souviens de voisins guadeloupéens avec qui nous avons passé de bons moments.

- **Avez-vous un message aux jeunes générations ?**

Soyez-vous-mêmes ! En vérité avec vous-mêmes.

Nous remercions Madame Wallerand de nous avoir accueillis avec sa belle-fille dans son agréable appartement du domaine de Beauregard.

L'entretien fut très chaleureux et disons-le simplement, notre doyenne nous a épatés avec son caractère jovial et son approche très positive de la vie !

Nous souhaitons aussi affectueusement à nos lecteurs de faire confiance à la vie, au-delà des difficultés !

Si vous souhaitez mettre en place une aide pour vous-même ou vos proches, contacter le service « Aide à la personne / Seniors » ☎ 01 30 78 10 44 qui pourra vous accompagner dans vos démarches.

Focus

/ Nouveau en mairie : le guichet « France Services »

Un service pratique et accessible pour les seniors



Piloté par l'Etat, le réseau des structures labellisées « France services » se compose de 2 055 guichets uniques de proximité, **regroupant plusieurs administrations en un seul site.**

France services, ouvert à tous (Cellois ou non), permet aux usagers d'accéder facilement aux services publics. L'objectif est que chacun ait accès aux services à moins de 30 minutes de chez lui.

Un **accueil de qualité** : les agents sont formés par les partenaires institutionnels pour une meilleure connaissance des procédures.

Un **accompagnement** : les agents accompagnent les usagers dans les démarches administratives de premier niveau.

Les missions de France services

- Accompagner l'utilisateur dans les démarches administratives quotidiennes et répondre à leurs questions.
- Aider l'utilisateur dans les démarches en ligne.

- Résoudre les situations les plus complexes en s'appuyant sur un correspondant au sein des réseaux partenaires.
- Mettre à disposition de l'utilisateur et accompagner l'utilisation de l'outil informatique (création d'adresse mail, impression ou scan de documents nécessaires à la constitution de dossiers administratifs).

Bouquet de services « France services »

- Formation, emploi, retraite : je prépare ma retraite, je cherche un emploi, je suis affilié à la CNAV.
- Prévention santé : je cherche à rembourser mes soins, je suis en situation de handicap.
- Etat civil et famille : je perds un proche, je renouvelle mes papiers d'identité.
- Budget : je déclare mes impôts, je connais des difficultés financières, je fais face à un litige de consommation.
- Logement, mobilité : je cherche une allocation logement, je me déplace (permis de conduire, certificat d'immatriculation).

« France services » à La Celle Saint-Cloud

- Fonctionnement : trois agents formés, un quatrième à venir.
- **Le guichet France services se situe à l'accueil principal de la mairie, joignable au 01 30 78 10 39, par mail : franceservices@ville-lacellesaintcloud.fr**
- Les usagers sont reçus **sur rendez-vous uniquement** (prise de rdv par téléphone ou en ligne sur l'Espace Citoyens du site de la Ville).
- L'accueil est fait dans un bureau aménagé à cet effet pour assurer la confidentialité des échanges.

Focus

/ Seniors actifs avec l'Espace André Joly (EAJ) !

Être senior, c'est profiter de sa retraite de différentes manières : se reposer, s'inscrire à de nouvelles activités, profiter de ses petits-enfants, voyager.

C'est aussi l'occasion de s'impliquer dans la vie locale de différentes manières. L'Espace André Joly, centre de vie sociale de la commune, accueille déjà de nombreux seniors sur ses activités mais souhaite vous impliquer davantage.

L'EAJ vous invite à vous engager de deux façons :

- **Devenez adulte relais** : vous êtes de nature sociable ? Vous avez un « réseau » relationnel plus ou moins étendu et vous vous préoccupez des autres ? Devenez adulte relais.

Deux missions concrètes sont proposées :

- Repérer des seniors isolés et/ou précaires, ne fréquentant pas les structures ou méconnaissant leurs droits. Vous pourrez orienter ces personnes vers l'une des activités ou services de l'EAJ correspondant à leurs besoins. Vous pourrez également nous signaler ces personnes afin que nous puissions entrer en contact avec elles.
- Être vecteur d'informations auprès des cellois de votre réseau : un changement de date pour une activité ? Un événement à promouvoir ? Une idée d'activité ? Vous êtes notre ambassadeur !

- **Devenez bénévole** : si vous souhaitez vous impliquer, faire profiter les autres de vos compétences, l'EAJ a besoin de vous !

- Jeudis du Centre : rejoignez un petit groupe de bénévoles enthousiastes qui organise et accompagne un programme de sorties culturelles mensuelles en Ile de France.
- Accompagnement à la scolarité : du lundi au vendredi, des enfants de 6 à 15 ans viennent faire leurs devoirs et des ateliers éducatifs et culturels. Si vous êtes de nature patiente, bienveillante, si vous aimez le contact avec les enfants, encadrez-les avec nous !
- Projet d'habitant : si vous avez une idée de projet d'intérêt communal partagée avec d'autres habitants, venez échanger avec nous et nous essaierons de vous accompagner dans la réalisation de ce projet.

Inscriptions et informations

Espace André Joly (EAJ)

 01 30 08 10 70 / espace.andrejoly@ville-lacellesaintcloud.fr

Informations

/ Le colis de Noël 2022

Comme chaque année, la Municipalité, à travers son C.C.A.S., est heureuse de partager un peu de douceur avec les cellois à travers l'opération « Colis de Noël ».

Les conditions :

- Être âgé d'au moins 75 ans (être né avant le 31 décembre 1947).
- Pour un couple, il suffit qu'un membre du couple ait atteint cet âge.
- Justifier d'un impôt sur les revenus 2021 suivant :

Personne seule	Impôts sur le revenu net 2021 < 608 €
Couple	Impôts sur le revenu net 2021 < 990 €

L'imposition susvisée sera appréciée sur l'avis d'imposition à la ligne
« **impôt sur le revenu net avant correction** »

Contacts et informations

En Mairie au service « Aide à la personne / Seniors » ☎ 01 30 78 10 44
Du 1^{er} septembre au 4 novembre 2022

Fournir l'avis d'imposition 2022 sur les revenus 2021 et la copie de votre pièce d'identité.
Le coupon-réponse figure en page 27.

Attention !

Après cette date, aucune demande de colis ne pourra être prise en compte.
Le service n'accuse pas réception de votre coupon-réponse. Vous pouvez appeler au 01 30 78 10 44 pour vous assurer de sa bonne réception.

Retrait des colis

Votre colis vous attendra en Mairie, au service « Aide à la personne / Seniors » du 1^{er} au 30 décembre 2022 inclus**.

**Fermé tous les lundis matins / ouvert de 14h à 17h
du mardi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h

Informations

/ Le voyage des seniors 2023

Le Conseil d'Administration du Centre Communal d'Action Sociale vous propose* pour l'année 2023 un voyage de 8 jours accessible à tous les budgets grâce à des tarifs dégressifs.

* aux cellois âgés d'au moins 65 ans au moment de l'inscription **avec priorité aux plus de 70 ans et à ceux qui n'ont pas déjà voyagé l'année précédente** (pour un couple ou une chambre partagée, au moins une des deux personnes doit répondre aux critères énoncés).

Pour le prochain voyage 2023, nous vous invitons à une réunion de présentation :

Le mardi 22 novembre 2022 de 10h30 à 11h30

Dans la salle du Club des Etangs
À côté de la résidence Renaissance
2E, avenue des Etangs
78170 LA CELLE SAINT-CLOUD

Entrée libre - Sans aucune obligation de réservation

La destination vous sera alors révélée...

Si la destination vous plaît et que vous remplissez les conditions d'accès, vous pourrez vous inscrire au voyage 2023 !

Il vous suffira de contacter le service « Aide à la personne / Seniors » pour prendre RV et finaliser votre inscription.

Jour	Intitulé
Dès le mardi 29 novembre 2022	Pour les personnes prioritaires <i>Plus de 70 ans et à ceux qui n'ont pas déjà voyagé l'année précédente.</i>
À compter du mardi 6 décembre 2022	Pour les personnes non-prioritaires

Contacts et informations

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

Informations

/ Les brèves du C.C.A.S.

Le Carnet d'adresses des seniors

Vous êtes retraité, vous êtes âgé de 65 ans et plus, vous pouvez, si vous le souhaitez, vous inscrire sur le carnet d'adresses des seniors auprès du service « Aide à la Personne / Seniors » à la Mairie sans rendez-vous, aux horaires et jours d'ouverture*, ou remplir le coupon-réponse en page 29.

Cette inscription vous permettra non seulement de recevoir ce magazine mais aussi de vous inscrire aux événements proposés par le C.C.A.S.

Contacts et informations

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

* Fermé tous les lundis matins / ouvert de 14h à 17h
du mardi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h

Des logements disponibles à la résidence Renaissance

La résidence autonomie Renaissance, établissement pour personnes âgées autonomes, disposera prochainement de logements remis à neuf.

Située dans un environnement verdoyant et à proximité de nombreuses commodités, délivrant des prestations vous permettant d'agrémenter votre quotidien, n'hésitez pas à vous renseigner !



Contacts et informations

Résidence Renaissance ☎ 01 39 18 40 27
residence.renaissance@ville-lacellesaintcloud.fr

Informations

/ Les brèves du C.C.A.S.

Association « Il était une fois La Celle Saint-Cloud »

Programmation des conférences : <https://www.histoire-lacelle.fr/>



Contacts et informations

Association « Il était une fois la Celle Saint-Cloud »

☎ 06 84 80 44 75 / glefebure@orange.fr



Association Loi de 1901 à but non lucratif

Notre mission : favoriser l'accès aux soins

Agréée et reconnue, l'ADEP peut vous aider à :

- Rechercher une complémentaire santé et une assurance dépendance avec des offres et des tarifs négociés.
- Rechercher des professionnels de santé, apporter des conseils dans vos démarches de soins.
- La télé-médecine : télé-conseil, télé-consultation, télédermatologie...
- Organiser une assistance en cas d'hospitalisation ou de retour d'hospitalisation, la mise en place d'une aide-ménagère...
- La télé-assistance.
- Vous mettre en lien avec une association de patients.

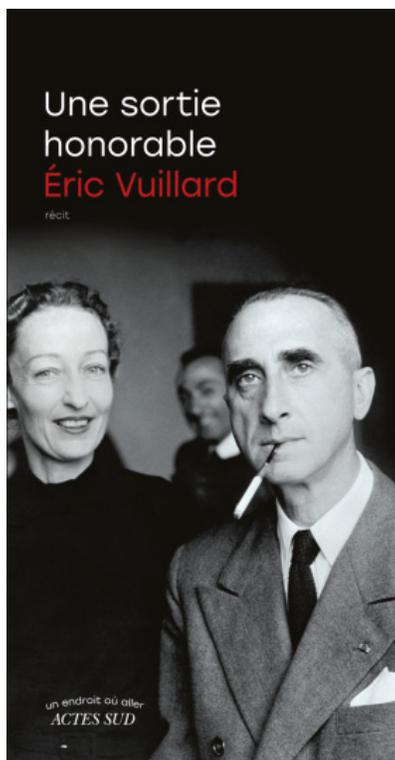
Contacts et informations

Association ADEP ☎ 06 47 41 92 56

Coups de cœur

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

Une sortie honorable / Arturo Pérez-Reverte, Éditions Seuil



Après *14 Juillet* et son prix Goncourt *L'ordre du jour* (2017), qui traite des Accords de Munich de 1938, Éric Vuillard confirme avec *Une sortie honorable* qu'il est l'écrivain des coulisses de l'Histoire tant il aime par un récit court et précis disséquer un événement historique.

Ici, il s'agit de la guerre d'Indochine puis rapidement de celle du Vietnam. Non plus d'entrée dans un conflit mais de sortie : « honorable » selon l'ironie mordante dont il use que la France tente d'obtenir dans la guerre d'Indochine (1945-1954) et en miroir, celle, brutale, 20 ans plus tard des Américains à la fin de la guerre du Vietnam (1964-1975). Deux sorties piteuses de deux grandes puissances face à cette « nation de paysans » et deux victoires à la Pyrrhus de ces derniers (3 millions de morts).

Vuillard s'attache à décrire avec force détails les débats parlementaires, échanges oscillants entre saillies savoureuses, intelligente mesure (Mendès France) et méconnaissance de la réalité du terrain. Incompétence partagée par les généraux sur le front militaire aussi bien que médiatique (ce pauvre De Lattre à la télévision américaine...) qui culmine à Dien Bien Phû (décrite comme jamais en roman). La plume parfois acerbe dépeint cette logique des puissants au travers de portraits pointilleux et parfois truculents, comme ces députés exhumés de la IV^{ème} République, revenue dans l'actualité (Brusset, Djemad, Violette...), et la collusion de ces microcosmes intriqués (politique, financier et militaire) qui cherche à prolonger le conflit pour protéger les intérêts.

Ce roman élégant, intelligent et documenté montre ici que vouloir éviter l'humiliation a été le meilleur moyen d'y accéder.

Coups de cœur

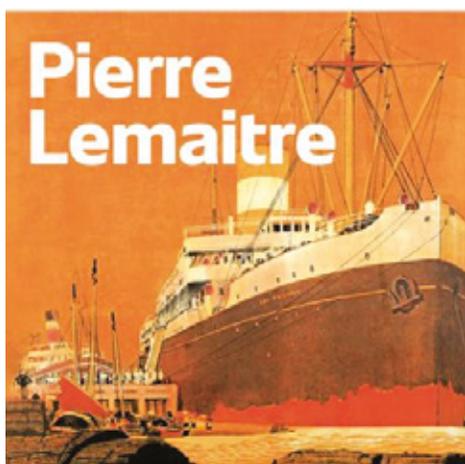
/ La bibliothèque BERNARD vous propose ses 2 coups de cœur...

Le grand monde / Pierre LEMAITRE, lu par l'auteur, Audiolib

Suivi d'un entretien inédit

Le Grand Monde

Lu par l'auteur



Disponible également en format papier et livre numérique

Découvrez la famille Pelletier, fière propriétaire de la meilleure fabrique de savon de tout Beyrouth !

Qu'il serait bien que les enfants Pelletier s'intéressent un peu à cette entreprise... Au grand désespoir de leur père, aucun ne semble décider à gérer cet héritage familial et tous ont décidé de s'exiler loin des bras de leurs parents, pour affronter des destins divers.

On découvre à travers leurs yeux Saïgon et Paris dans cette après-guerre riche en événements, où la grande Histoire dialogue avec la fiction d'une manière très réussie

et très bien documentée, servie par la voix assurée et calme de Pierre Lemaitre qui vous guidera dans cette histoire immersive et pleine d'intrigues multiples emboîtées. L'auteur sait y faire pour créer des personnages à la psychologie intéressante, tous très différents, et des rebondissements qu'on n'a pas vu venir, tenant le lecteur en haleine de manière aussi efficace qu'un bon policier.

Premier d'une tétralogie, *Le Grand Monde* peut se découvrir indépendamment des futurs opus et est en soi un bel hommage aux récits d'aventures et aux sagas familiales qui jalonnent le paysage littéraire français.

À écouter sans modération !

Articles rédigés par Claire MEHEUST & Simon BEYSSAC

Culture

/ Culture seniors

Charlotte MARINIER, médiatrice culturelle de la Ville, vous invite à partager un moment convivial et culturel par petits groupes lors des séances « Culture seniors ».

Elle vous accueillera dans le salon des Expositions en Mairie pour une nouvelle saison.

Exposition « Sur la route des steppes nomades » Du 15 octobre au 11 novembre 2022	Exposition « Recyclages » Du 14 janvier au 12 mars 2023
Vendredi 4 novembre 2022 à 14h30	Jeudi 26 janvier 2023 à 14h30
Mercredi 16 novembre 2022 à 15h	Mercredi 8 février 2023 à 15h
Jeudi 8 décembre 2022 à 14h30	Vendredi 3 mars 2023 à 14h30

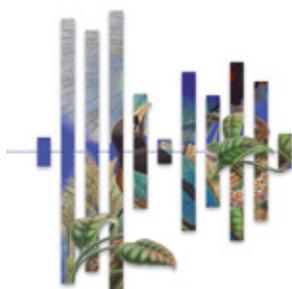
Inscrivez-vous avant de vous rendre à ces séances !

Inscriptions et informations

Charlotte MARINIER, médiatrice culturelle

☎ 01 30 78 10 93 / cmarinier@ville-lacellesaintcloud.fr

/ Rendez-vous culturels



**SAISON
CULTURELLE
22 | 23**

Nouvelle saison,
nouvelle programmation !

Renseignements et billetterie

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

/ Cinéma

Programmations / horaires et tarifs : www.culture-lacellesaintcloud.fr

SUDOKU

(Su = chiffre et Doku = unique)

Connaissez-vous le sudoku ? Envie de vous occuper de façon ludique ? Alors, essayez notre Sudoku !

Règle du jeu

La règle est simple. En partant des chiffres déjà inscrits, vous devez remplir la grille de manière à ce que, chaque ligne, chaque colonne, chaque carré de 3 sur 3 contiennent une seule fois les chiffres de 1 à 9.

A vous de jouer maintenant !

Niveau facile

4	8	5			3			
7	9			4	1	5	8	
		3			5		4	
		9			6		2	
	6		2	5	9		7	
	5		4			1		
	2		5			6		
	7	6	3	9			5	1
			8			7	9	2

Vous pourrez trouver la solution de cette grille en page 24.

Poires caramélisées au beurre salé



Avec l'arrivée de septembre, les feuilles tombent, et les fruits d'automne peuvent être une excellente source d'inspiration en pâtisserie : pommes, poires, coings, châtaignes, figues, raisin.... Que l'on peut marier avec les épices douces comme la vanille, la cannelle, la noix de muscade, la badiane, la fève de tonka ou la cardamome.

Voici notre proposition toute en gourmandise !

INGRÉDIENTS

(POUR 4 PERSONNES)

- 2 belles poires
- Du beurre salé
- Du sucre de canne
- Du poivre noir
- De la cannelle

PRÉPARATION

1. Poêlez de fins quartiers de poire dans du beurre salé (si vous n'en avez pas, utilisez du beurre normal et ajoutez quelques grains de fleur de sel).
2. Poudrez de sucre de canne, les morceaux de poire vont prendre de la couleur, quand ils sont fondants, mais avec de la consistance à cœur, mettez-les de côté.
3. Déglacez la poêle avec un peu d'eau et amenez le sucre à la consistance de caramel.
4. Nappez en les fruits, poivrez légèrement et ajoutez un peu de cannelle.

Et pour les plus gourmands, que diriez-vous d'ajouter une boule de glace vanille de Madagascar ou une meringue croustillante ?

Bonne dégustation !

SOLUTION DE LA GRILLE DE SUDOKU (page 22)

4	8	5	7	2	3	9	1	6
7	9	2	6	4	1	5	8	3
6	1	3	9	8	5	2	4	7
3	4	9	1	7	6	8	2	5
1	6	8	2	5	9	3	7	4
2	5	7	4	3	8	1	6	9
9	2	4	5	1	7	6	3	8
8	7	6	3	9	2	4	5	1
5	3	1	8	6	4	7	9	2

Coupon-réponse

**« L'APRES-MIDI CELL'BLEUE »
Mercredi 5 octobre 2022 de 14h30 à 16h30
Théâtre municipal**

À retourner le plus tôt possible et impérativement **avant le vendredi 16 septembre 2022**

Madame **née le :**
Monsieur **né le :**
Adresse : - 78170 LA CELLE SAINT-CLOUD
Téléphone domicile :
Téléphone portable :
Courriel :

Participera (ont) à l'Après-midi Cell'bleue

La capacité maximale pour cette après-midi est de 300 personnes. Une liste d'attente sera ouverte.

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**

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

COLIS DE NOËL 2022

À retourner le plus tôt possible avec les copies de votre avis d'imposition 2022 (sur les revenus 2021) et de votre pièce d'identité au service « Aide à la personne / Seniors », impérativement **avant le vendredi 4 novembre 2022 inclus**. Le service n'accuse pas réception de votre coupon-réponse par courrier : vous pouvez appeler pour confirmation de votre inscription au 01 30 78 10 44.

Madame **née le :**

Monsieur **né le :**

Pour un couple, il suffit que l'un des deux soit né avant le 31 décembre 1947 (copie de la pièce d'identité faisant foi).

Adresse :

Téléphone :

Courriel :

Signature obligatoire :

couple

personne seule

Votre colis sera disponible au service « Aide à la personne / Seniors » en Mairie. N'oubliez pas de vous munir de votre pièce d'identité.

Du jeudi 1^{er} au vendredi 30 décembre 2022* inclus

**Fermé tous les lundis matins / ouvert de 14h à 17h
du mardi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h*

Si vous ne pouvez pas vous déplacer :

Confiez la procuration ci-après, complétée, à une personne. Sinon prenez contact avec le service « Aide à la personne / Seniors » au 01 30 78 10 44.



PROCURATION POUR LES PERSONNES NE POUVANT PAS SE DEPLACER

Je soussigné(e) Madame et/ou Monsieur

Autorise(nt) Madame et/ou Monsieur

à venir retirer mon (notre) colis de Noël

du jeudi 1^{er} décembre au vendredi 30 décembre 2022* inclus

**Fermé tous les lundis matins / ouvert de 14h à 17h
du mardi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h*

Cette personne devra présenter **sa pièce d'identité**.

Ma signature obligatoire pour cette procuration :

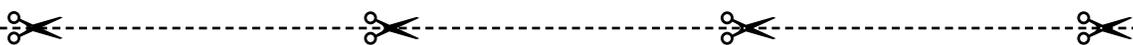
Coupon-réponse

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 ou réactualiser vos coordonnées pour bien le recevoir, il suffit de vous inscrire sur « le Carnet d'adresses des Seniors » en vous rendant 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

Vous pouvez tout à fait photocopier ou scanner les justificatifs et nous les retourner avec ce coupon-réponse par courrier ou par mail.



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 :

Je demande 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.

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 Soins 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

Guichet « France Services »

Hôtel de Ville
8E, avenue Charles de Gaulle
Tél. : 01.30.78.10.39
franceservices@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