

la Lettre aux Aînés



Chères aînées, Chers aînés,

Alors que nous tournons la page vers une nouvelle année, je voudrais prendre un moment pour vous adresser mes vœux les plus chaleureux pour l'année 2024.

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) a toujours été un lieu où se tissent des liens précieux, où les sourires sont partagés et où les expériences enrichissantes se multiplient.

En cette nouvelle année, je souhaite vous inviter à renforcer ces liens en participant plus activement aux activités que nous organisons. Vos précieux conseils, votre expérience de vie et votre présence sont des trésors pour nous tous.

Que ce soit à travers des ateliers créatifs, des rencontres intergénérationnelles, des séances de bien-être ou des événements culturels, votre présence est attendue et appréciée.

Nous avons à cœur de vous offrir un éventail varié d'activités correspondant à vos intérêts et à vos envies.

Au nom de toute l'équipe du CCAS, je vous présente mes vœux les plus sincères pour cette nouvelle année. Que celle-ci vous apporte bonheur, santé et de merveilleux moments parmi nous.

Avec toute notre bienveillance,

Michel SENOT, Maire

Galette des Rois

Le CCAS est heureux de convier les personnes de plus de 65 ans à partager un moment convivial et festif à l'occasion de la traditionnelle galette des rois.

Au programme un goûter dansant musical et le bonheur de se retrouver ensemble.

Mercredi 24 janvier à 14h30
Espace Jeanne Moreau
Sur inscription avant le 15 janvier



Ateliers tricot

Les après-midis tricot continuent. Si vous aussi vous souhaitez apporter votre contribution et partager des moments conviviaux autour de travaux d'aiguilles, vous pouvez y participer.

Lundis 15, 22 et 29 janvier
de 14h à 16h30
à l'espace Roger Morin



Dans le cadre de l'opération «les boîtes de Noël» pour les plus démunis, nos tricoteuses ont réalisé dix écharpes !

Danse de salon

De l'activité physique pour garder la forme ! Sodanse91 en partenariat avec le CCAS, propose aux seniors 2 séances gratuites d'initiation à la danse de salon. Sophie Desjardins, vous fera découvrir ou approfondir votre talent en cha cha cha, tango, madison, rumba et bien d'autres...

Vendredis 12 et 19 janvier
de 14h à 16h à l'Espace Jeanne Moreau
Sur inscription



Écran senior

Une fois par mois, le CCAS vous accompagne au cinéma de Palaiseau.

Prochaine séance : **La fiancée du poète**
Avec Yolande Moreau, Sergi López, Grégory Gadebois
Durée : 1h43 - Comédie dramatique

Lundi 8 janvier (sur inscription)
Service de navette
Val Gymnase 13h15, Bourg Mairie 13h30



Vos courses



Marguerite ou Sandrine vous accompagnent en minibus pour faire vos courses.

- **CARREFOUR** — jeudi 04 janvier
- **LIDL** — jeudi 11 janvier
- **CARREFOUR** — jeudi 18 janvier
- **AUCHAN** — jeudi 25 janvier
- **CARREFOUR** — jeudi 1^{er} février

Sortie

(sous réserve)

Visite de l'Opéra Garnier : un lieu unique et prestigieux au cœur de Paris.

Découvrez l'histoire extraordinaire du Palais Garnier, monument d'architecture et œuvre d'art total. Durée de la visite : 1h30



Mercredi 14 février après-midi

Places limitées / Service de navette

Sur inscription



niveau de difficulté ++

Votre avis compte !

Questionnaire d'appréciation des animations à destination des seniors

Afin de connaître au mieux vos attentes en terme d'animations et d'activités, merci de remplir le questionnaire.

• Vous êtes ?

- une femme un homme
âge : 65-69 ans 70-79 ans 80-89 ans 90 ans et +

Connaissez-vous les activités proposées par le CCAS ?

Si oui, à quelles animations participez-vous ?

- café rencontres à l'espace Roger Morin (tricot, couture, jeux...)
 atelier (mémoire, équilibre, prévention, sport santé...)
 sortie (cinéma, musée, promenade)
 après-midi dansant
 repas de fin d'année
 galette des rois

• Si non, pourquoi ?

- par manque d'information
 par manque d'intérêt
 pour des raisons de déplacement
 autre :
.....

• Si oui, y allez-vous :

- régulièrement ponctuellement rarement
 seul(e) accompagné(e)

• Que pensez-vous de l'ensemble des activités ?

- très satisfaisant satisfaisant
 assez satisfaisant insatisfaisant

• Comment avez-vous les informations ?

- par la lettre aux aînés par le magazine de la ville
 par internet par l'application cityall
 par le bouche à oreille
 autre :

• Quels types d'activités aimez-vous ?

- sortie culturelle
 atelier créatif
 atelier sport & santé
 atelier esthétique
 atelier informatique
 atelier cuisine
 danse
 concert, spectacle
 après-midi jeux
 rencontres intergénérationnelles
 atelier de prévention
 club de lecteurs
 projection de film ou documentaire

• Donnez vos idées pour améliorer l'offre d'animations à destination des seniors ?

.....
.....
.....
.....

Nous vous remercions d'avoir répondu à ce questionnaire et vous invitons à le renvoyer avant le 15 mars 2024 à la mairie à l'attention de Léa du CCAS

S'inscrire
aux activités



Léa 01 69 41 44 40
evenementiel@saclay.fr

Nous contacter



01 69 41 86 85
service.social@saclay.fr