



n° 13



Repas & atelier «Part'âges»



**Vendredi 19 avril de 12h à 16h
à la maison des jeunes, 2 bis rue de Palaiseau**

*Sur inscription jusqu'au 12 avril (places limitées)
Le repas est préparé et fourni par les jeunes !*

Intergénération : quand les jeunes invitent à déjeuner les seniors !

Lors de ce premier repas & atelier «Part'âges», les jeunes vont initier leurs aînés sur le thème « Initiation aux tablettes et smartphones » (installer une application, lire un QR code, envoyer une photo...)

Une belle occasion d'échanger des expériences et des connaissances entre les différentes générations. Cette action permet aux aînés de vivre des moments de convivialité avec d'autres et de retrouver le plaisir de partager un repas avec des générations plus jeunes.



Sortie à la Jardinerie

Chaque année, le service d'action sociale vous accompagne à la jardinerie de Saint Rémy les Chevreuse. Découvrez un large choix de plantes d'intérieur, d'extérieur, marché local, décorations et outils.

Lundi 15 avril (sur inscription)

Service de navette



Val Gymnase 13h30, Bourg Mairie 13h45



Ateliers « bien être & sophrologie »

Le service d'action sociale vous propose 4 séances de sophrologie avec Géraldine Marson Sophrologue et Coach de vie. La sophrologie permet de renforcer l'équilibre corporel, mental et émotionnel. Elle veille à assurer un certain dynamisme chez les seniors.

Pensez à prendre votre gourde et votre tapis ou serviette.

**Les 5, 26 avril et 3, 24 mai
de 14h30 à 15h30
Espace Jeanne Moreau**



**Complet : possibilité
de s'inscrire sur la
liste d'attente**



ENQUÊTE AUPRÈS DES AÎNÉS

Le service d'action sociale a invité les seniors de 65 ans et plus à répondre à un court questionnaire entre le 15 février et le 31 mars 2024.

35 personnes ont répondu au questionnaire qui a permis aux services de la ville de mieux connaître leurs attentes en matière d'animations et d'ateliers et les éventuelles pistes d'amélioration.



Écran senior

Une fois par mois, le service d'action sociale vous accompagne au cinéma de Palaiseau.

Maison de retraite 2

Avec Kev Adams, Jean Réno, Daniel Prévost, Liliane Rovère, Firmine Richard

Suite des aventures de Milann et des pensionnaires de la maison de retraite : Fleurette, Sylvette, Alfred, Edmond... qui côtoient désormais les enfants d'un orphelinat. Où il serait question de manigances autour d'une sombre affaire d'expulsion.
Durée : 1h42. - Genre : Comédie

Lundi 8 avril (sur inscription)

Service de navette : Val Gymnase 13h15, Bourg Mairie 13h30



Vos courses



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

- LIDL _____ jeudi 4 avril
- CARREFOUR _____ jeudi 11 avril
- AUCHAN _____ jeudi 18 avril
- CARREFOUR _____ jeudi 25 avril
- LIDL _____ jeudi 2 mai



27 avril

supermarché Auchan Saclay

Collecte alimentaire organisée par le Conseil Municipal des Enfants au profit des personnes en difficulté.



Nouveau !

Découvrez le tout nouveau guide de l'action sociale à Saclay dans votre boîte aux lettres.



En mai, le service action sociale déménage à la Maison Saunier, 5 rue Charles Thomassin.

En mai



- Ateliers sophrologie _____ 3 et 24
- Atelier tricot _____ 13
- Après-midi dansant _____ 16



Abonnez-vous !

Inscrivez-vous pour recevoir chaque mois, la Lettre aux aînés. Vous serez ainsi informé des activités proposées par le service d'action sociale.



S'inscrire aux activités

Léa LE GALLO 01 69 41 44 40 / 06 81 68 17 91
evenementiel@saclay.fr



Connaître vos droits

Isabelle GULLEMOT 01 69 41 86 85
direction.actionsociale@saclay.fr