

SeniorsINFOS #1

Saint-Maur

SUPPLÉMENT
SAINT-MAUR
INFOS N°87

SM

L'ART DE
LA TRANSMISSION



NOUVELLE AGENCE

Century 21
Immo Bac

Achat
Vente
Location
Gestion

Century 21
Immo Bac

115 avenue du Bac
94210 La Varenne
Tél : 01.48.75.01.01
immobac@century21.fr

Century 21
Les clés du Parc

127 Bld de Champigny
94100 St Maur
Tél : 01.75.37.72.96
lesclesduparc@century21.fr

Century 21, le réseau immobilier préféré des Français.

Century 21
Concordance Immobilier

3Bis Av. Charles de Gaulle
94100 St Maur
Tél : 01.55.12.37.90
concordance_immobilier@century21france.fr

Century 21
Adamville

103 Bld de Créteil
94100 St Maur
Tél : 01.80.51.04.04
adamville@century21.fr

Century 21
Adamville

103 Bld de Créteil
94100 St Maur
Tél : 01.80.51.04.04
adamville@century21.fr

ESTIMATION GRATUITE DE VOTRE BIEN.*

Century 21 **FICHER**
Membre du **AMEPI**

* voir conditions dans nos agences

SOMMAIRE

Seniors Infos



ACTUALITÉS 4
Pour un meilleur usage des navettes municipales
L'art de la transmission
Vieillir, ça s'apprend !



ON EN PARLE 5
Le Conseil des seniors, un an après



SORTIR À SAINT-MAUR 6
Quand le spectacle s'invite au Lido
Écouter, c'est lire aussi
Agenda



Le mot du Maire

Chers Saint-Mauriennes et Saint-Mauriens,

Dans l'étude de lectorat réalisée pour le magazine municipal *Saint-Maur Infos*, vous avez été nombreux à nous demander une publication à part, dédiée aux seniors, qui représentent un quart de la population saint-maurienne. C'est chose faite avec cette première édition, de taille modeste, et entièrement financée par la publicité pour préserver les finances communales. Avec ce nouveau support qui viendra compléter le magazine, je vous souhaite de belles découvertes. En partenariat avec vos associations, nous vous proposerons des informations sur Saint-Maur qui vous intéressent plus particulièrement. N'hésitez pas à nous faire part de vos remarques. Bonne lecture !
Bien à vous,

Sylvain Berrios
Sylvain BERRIOS
Maire

Supplément au SMI mars-avril 2018 n°87
Directeur de la publication : Sylvain Berrios
Directeur de la communication : Béatrice Déon
Rédactrice en chef : Laëtitia Delouche
Rédaction, création graphique et régie publicitaire : Service communication
Crédit photos : Mairie de Saint-Maur-des-Fossés
Impression : Imprimerie de Compiègne
Dépôt légal : 2005

Hôtel de Ville - Avenue Charles-de-Gaulle
01 45 11 65 65



**Seniors Infos est le nouveau supplément bi-annuel de votre magazine municipal *Saint-Maur Infos*.
Que pensez-vous de ce premier numéro ?
Faites-nous part de votre avis et de vos suggestions en nous écrivant à conseil.seniors@mairie-saint-maur.com**

TRANSPORT



Pour un meilleur usage des navettes municipales

Souvent sollicité par les aînés saint-mauriens pour se rendre à des rendez-vous médicaux, le service municipal de navette fait actuellement l'objet d'une réflexion, afin de répondre au mieux aux besoins de l'ensemble des seniors.

Depuis 2010, un service municipal de navette est proposé gratuitement à tous les seniors saint-mauriens, quel que soit leur lieu d'habitation. "Nous nous sommes rendu compte que l'usage de ces navettes s'était progressivement concentré sur l'univers médical ou paramédical et sur quelques usagers", souligne Bernard Lelu, coordinateur du Conseil des seniors. Or, la navette municipale a pour vocation initiale de permettre aux seniors n'ayant pas de transport personnel de se déplacer sur l'ensemble de la commune. "Il s'agit avant tout de pouvoir leur donner accès aux différents services publics et lieux d'activités de la ville : mairie, bureaux de poste, marchés, cinéma, médiathèque", poursuit Bernard Lelu.

Dans quelles conditions faire évoluer et fluidifier ce service municipal ? C'est ce qu'étudieront la Ville et le Conseil des seniors ces prochains mois, afin de présenter à l'automne 2018 un nouveau circuit de desserte, plus adapté aux besoins des seniors saint-mauriens.

INTERGÉNÉRATIONNEL



L'art de la transmission

La valorisation de l'intergénérationnel est une des préoccupations majeures du Conseil des seniors et du Conseil Municipal des Enfants (CME). C'est donc tout naturellement que les deux instances travaillent ensemble.

C'était comme une évidence pour ces deux générations de s'associer... Depuis la création du Conseil des seniors, les petits saint-mauriens et leurs aînés ont eu l'occasion de se rencontrer autour de thématiques chères à Saint-Maur.

"Nous avons par exemple sollicité les enfants sur la question des déjections canines, car c'est avant tout avec la jeune génération qu'il faut travailler sur la sensibilisation à la citoyenneté", explique Bernard Lelu. La citoyenneté est effectivement au cœur des préoccupations du CME, qui organise chaque année une journée dédiée. "Les enfants nous ont contactés pour animer un atelier", précise Bernard Lelu.

Une invitation de suite saisie par le Conseil des seniors, qui proposera une découverte de l'art floral le 17 juin prochain à cette occasion.

BIEN-ÊTRE

Vieillir, ça s'apprend !

La Ville a mis en place des ateliers afin de préserver l'autonomie des seniors. Ces séances sont ouvertes à tous les Saint-Mauriens.

Ces ateliers ont vu le jour à la résidence autonomie de La Pie, dans le cadre d'une collaboration avec le PRIF (Prévention Retraite Île-de-France). Puis forts de leurs succès et de leurs bienfaits, d'autres se sont créés à la résidence Du Bellay en décembre 2017. Interactives et ludiques, ces séances permettent aux seniors, par petits groupes, d'être acteurs de leur santé. Si ces ateliers visent à préserver l'autonomie des seniors, ils contribuent aussi à renforcer le lien social si précieux pour aider nos aînés à mieux vivre à Saint-Maur.

Renseignements et inscriptions auprès du Pôle seniors de la Ville
01 45 11 65 65 - conseil.seniors@mairie-saint-maur.com

Foyer résidence de La Pie

Ateliers jusqu'à fin juin
lundi de 10h30 à 11h30 et
mercredi de 10h à 11h30.

En juillet-août : lundi et jeudi
de 10h30 à 11h30
23 avenue d'Arromanches

Foyer résidence Du Bellay

Ateliers le vendredi
de 14h30 à 15h30
45 rue des Remises

Le Conseil des seniors, un an après

Il y a un an, Sylvain Berrios, maire de Saint-Maur, a créé un Conseil des seniors pour permettre aux aînés saint-mauriens de s'impliquer dans la vie et les projets de la Ville et de s'exprimer sur l'ensemble des sujets les concernant.

Bernard Lelu est le coordinateur de cette instance consultative de réflexion, de concertation et de proposition.



Quel bilan tirez-vous de cette première année au sein du Conseil des seniors ?

Cette première année a été constructive, dans le sens où elle a permis de faire émerger de nombreuses réflexions, autour de cette question fondamentale que nous nous posons : comment bien vivre à Saint-Maur quand on a plus de 60 ans ? L'enjeu est de taille car 25% de la population saint-maurienne est concernée. Il s'agit de prendre en compte les aspirations de chacun, qu'on ait 60 ans ou 90. Nous avons la chance à Saint-Maur d'avoir un maire à l'écoute, qui souhaite une politique globale et cohérente pour nos aînés.



De quelle façon les membres du Conseil des seniors travaillent-ils sur cette question ?

Le Conseil des seniors est un organe de propositions et d'orientations. Pour étudier la question des seniors à Saint-Maur dans sa globalité, nous avons choisi de travailler par commission thématique. Certains se concentrent sur les loisirs, l'associatif, l'isolement et les transports, d'autres sur la santé, le maintien à domicile et la valorisation de l'intergénérationnel, un groupe est dédié à l'accessibilité et le logement tandis qu'une quatrième commission se concentre sur la sécurité et l'environnement. Au total, près de vingt-cinq réunions de travail se sont tenues cette année, nous permettant aujourd'hui d'avoir des propositions bien ciblées pour avancer.

Quelles sont justement les propositions du Conseil des seniors ?

Nous avons émis plusieurs suggestions lors de notre dernière réunion plénière. Concernant la thématique de la mobilité et des transports, nous avons fait des propositions pour faire évoluer le service municipal de navette (voir page 4). Dans le domaine des loisirs, nous travaillons à une meilleure mutualisation des associations de seniors saint-mauriennes pour que l'offre de loisirs proposée aux aînés sur la ville soit plus cohérente. Enfin, nous sommes aussi très sensibles à la question du maintien à domicile des personnes âgées.



Prochaine réunion plénière ouverte au public
lundi 9 avril à 17h

Les réunions plénières du Conseil des seniors sont ouvertes au public. N'hésitez pas à vous y rendre pour mieux connaître les thèmes abordés par cette instance. Vous avez des questions, des suggestions ?

Faites-nous en part : conseil.seniors@mairie-saint-maur.com
Salle du Conseil - Hôtel de Ville
Place Charles-de-Gaulle

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le Conseil des seniors est constitué de dix personnalités qualifiées, ainsi que de cinq élus de la Ville. Désigné pour trois ans, renouvelable une fois, le Conseil des seniors se réunit plusieurs fois dans l'année, en commissions puis en réunion plénière, sous la présidence du Maire.



Quand l'opéra et la danse s'invitent au cinéma

À l'automne 2017, le cinéma municipal de Saint-Maur a lancé sa première saison Opéra & Ballet, des retransmissions sur grand écran de spectacles lyriques et de ballets joués sur les plus belles scènes, de l'opéra Bastille au grand théâtre du Liceu de Barcelone. Ce nouveau programme rencontre un grand succès. En témoigne l'engouement d'Yvette. "Je ne m'intéressais pas spécialement à l'opéra avant de découvrir les séances au Lido et j'ai tout de suite aimé ! J'assiste désormais à toutes les projections, le tarif est très abordable. Je vais même bientôt aller voir la Traviata à l'Opéra Garnier. Je n'y serais sans doute jamais allée avant".

Pour se préparer à ces séances, la médiathèque Germaine-Tillion, en partenariat avec la Ligue du Bien Public, propose des conférences en entrée libre, autour du livret et l'historique de l'œuvre. « Grâce à ces conférences, j'ai découvert l'envers du décor de Tosca, la mise en scène, la vie du compositeur », confie une saint-maurienne passionnée d'opéra.



Carmen

Dimanche 8 avril à 16h

Opéra-comique en quatre actes
de Georges Bizet

Conférence mercredi 4 avril à 16h



Roméo et Juliette

Dimanche 17 juin à 16h

Opéra en cinq actes
d'après Shakespeare

Conférence lundi 11 juin à 16h

Cinéma municipal Le Lido - 70 avenue de la République - 01 48 83 06 18

Médiathèque Germaine-Tillion - 23 avenue Henri-Martin - 01 48 86 74 44

Qui?

livre des repas de qualité à domicile

des menus classiques ou de régime

frais, savoureux et équilibrés

7 jours sur 7

15.50 € le repas soit 10.45 € après déduction fiscale

APPÉTITS®
& ASSOCIÉS

www.appetits-associes.fr

Pour commander
01 70 611 960
(prix d'un appel local)*

Conjuguer vie sociale
et vie personnelle

Mon proche a des troubles de la mémoire

Il est accueilli en journée et pratique
des activités de loisirs adaptées

Nous avons choisi un Accueil de Jour ABCD

Abbayes
SAINT-MAUR

Bords de Marne
BONNEUIL

Cité Verte
SUCY

Cristolienne
CRÉTEIL

01.74.02.05.71

www.abcd94.fr

Lire, c'est aussi écouter

La médiathèque Germaine-Tillion dispose d'une importante collection de livres en gros caractères et de livres audio, régulièrement enrichie des derniers ouvrages sortis. Pour que lire demeure un plaisir à tout âge.

Spécialement adaptés pour une meilleure lisibilité, les livres en gros caractères sont publiés dans une taille de police plus grande. La médiathèque Germaine-Tillion propose plus de 1 500 ouvrages de ce genre, tous styles confondus. L'occasion de découvrir par exemple l'un des derniers livres de Jean d'Ormesson *Je dirai malgré tout que cette vie fut belle*. Alors que l'écrivain académicien nous a quittés il y a quelques mois, il évoquait en 2016 ses souvenirs dans cette œuvre émouvante.

Pour ceux qui préfèrent l'écoute, les livres audio constituent une excellente alternative. Il s'agit de la version lue d'une œuvre, enregistrée sur CD au format audio ou sur un format MP3. La médiathèque en dispose d'environ 1 200. Considérés comme des livres, ils s'empruntent gratuitement avec votre carte habituelle. Et si vous vous laissez porter par l'écoute du roman *L'amie prodigieuse*, d'Elena Ferrante, premier tome d'une saga qui a récemment cartonné dans le monde entier...



Médiathèque Germaine-Tillion - 23 avenue Henri-Martin - 01 48 86 74 44

Agenda

SPECTACLE



• Debussy, le centenaire Vendredi 13 avril à 20h30

Concert symphonique :
préludes, fantaisie pour piano
et *La Mer*

Conservatoire à
rayonnement régional
25 rue Krüger
01 48 83 14 67

EXPOSITION

• Saint-Maur dans la Grande guerre Du 6 avril au 31 décembre

Inauguration vendredi 6 avril
à 17h

Archives Municipales
19/23 avenue
d'Arromanches
01 42 83 68 96 - Entrée libre

CINÉMA

• Ciné-histoire *Une bouteille à la mer* Mardi 10 avril à 19h

de Thierry Binisti

• Ciné-histoire *Le Sorgho rouge* Mardi 15 mai à 19h

Cinéma Le Lido
70 avenue de la République
01 48 83 06 18

COMMÉMORATION

• Commémoration du 8 mai 1945

Discours suivi d'un dépôt de
gerbes, en présence du Maire
Sylvain Berrios.

Cimetière Rabelais

ÉVÉNEMENTS

• Foire aux trouvailles Dimanche 10 juin de 9h à 19h

Inscriptions à la maison des
associations (2 avenue du
Maréchal Lyautey),
samedi 7 avril à 8h30

Place des Marronniers

- Journée des associations
Dimanche 9 septembre
Place des Marronniers

SUR LES ONDES

- Lundi 2 avril
de 14h à 15h
sur RTL (104.3 FM)



et à réécouter sur www.rtl.fr
Maire-adjoint délégué à la
culture, à l'histoire de la ville
et à la mémoire combattante,
André Kaspi est aussi un
historien de renom, spécialiste
des États-Unis.
Il sera l'invité de Thomas
Hugues dans l'émission "La
curiosité est un vilain défaut"
sur le thème de Martin Luther
King.

Faire de nouvelles connaissances se retrouver, passez d'agréables moments ensemble...
Plusieurs associations s'impliquent à Saint-Maur dans l'animation et les loisirs à destination des retraités.
N'hésitez plus à prendre contact avec elles !

A3A
1, Villa Foch
01 42 83 92 88

La Ligue universelle du Bien public
47, rue Marinville
06 81 66 13 79

Amitiés d'Automne
21, avenue d'Arrogances
01 48 85 94 43



Audioprothésiste indépendante

Tél: 01 48 83 08 13

7 rue Baratte Cholet, Saint-Maur



Test Auditif Gratuit / Essai Gratuit 1 mois / Déplacement à domicile



A votre écoute, nous vous recevons dans un espace chaleureux et convivial

Déplacement à domicile

Aides auditives rechargeables dernière génération

Test auditif gratuit

Suivi personnalisé réalisé par un professionnel de santé

Centre agréé tous fabricants et toutes mutuelles

