

le lien

le journal des retraité-es de Torcy

EDITO

REVOLUTION NUMERIQUE : QUELLE PLACE POUR L'HUMAIN ?

Face à l'inquiétude ou l'enthousiasme d'un monde qui change à une allure vertigineuse, les Assises cette année ont interrogé « l'ère du numérique », nouvelles technologies d'information et de communication, qui s'impose dans notre quotidien et bouleverse nos repères habituels.

Le numérique apparaît tout autant comme porteur de progrès que de potentielles pertes de liberté : un défi à relever ensemble pour que ces nouvelles technologies soient un bien commun et public, où les intérêts de marché laisseraient la place à l'émancipation et au rapprochement avec les autres, où l'économie et la prévention écologique seraient au service de l'humanité !

La perplexité et le désarroi de certaines personnes retraitées et âgées convoquent des fondations nécessaires à entreprendre, comme celles des liens civils pour préserver nos institutions publiques et démocratiques tenant lieu de traitement d'égalité et de justice sociale, et les liens sociaux à renforcer pour protéger nos valeurs collectives et solidaires !

Les Assises ont mis en évidence « cette fracture numérique » actuelle et ont permis que l'ensemble des services et des associations de proximité soient identifiés et constituent un réseau pour aider et accompagner à l'apprentissage et la compréhension de ces nouveaux outils !

Si le temps et l'espace semblent abolis avec ces nouvelles technologies, ceux des vacances sont encore bien réels et je vous souhaite de bien en profiter !!!

**Christine CRISPIN - Maire adjointe
déléguée aux Politiques des Solidarités**

LA RÉSIDENCE LUCIEN-MAYADOUX FAIT PEAU NEUVE



De gauche à droite : Patricia, directrice, Christelle, Mario et Maria.

Une nouvelle dynamique

Une rénovation, une nouvelle directrice et une nouvelle employée de restauration : mais que de changements à la Résidence Lucien-Mayadoux !

Les résidents ont déjà pu bénéficier d'une réfection de leur salle de bain et de leur coin cuisine, de leur installation électrique et de leurs radiateurs. Vont suivre la transformation des parties communes et le ravalement de façades.

Patricia, la nouvelle directrice, a pris ses fonctions le 29 avril, épaulée par une équipe qui a trouvé un nouvel élan par l'évolution de l'organisation et l'arrivée officielle de Christelle, ancienne AVS (Auxiliaire de Vie Sociale).

L'objectif étant de continuer à faire de la Résidence un lieu de vie accueillant et bienveillant où chacune et chacun se sente bien, avec une large place aux initiatives culturelles et d'animations pour l'ensemble des personnes retraitées de Torcy.



Sortie annuelle à l'espace Rambouillet le 13 juin.



Séjour ANCV du 15 au 22 juin : un premier séjour enrichissant et une aventure humaine.



Le 16 mai se déroulaient les assises : Le numérique, enjeu de société est-il accessible à toutes les générations ?



Anniversaires à la RPA

ÉCO RESPONSABILITÉ

Valoriser nos déchets ménagers

Les résidus ménagers regroupent tous les détritiques produits par les ménages sur leur lieu d'habitation. Une fois triés, il existe différentes **filiales de recyclage et de valorisation** permettant de faire des économies sur les matières premières et l'énergie, et de limiter aussi les pollutions.

1 - LA VALORISATION ORGANIQUE :

Les épluchures sont des déchets organiques biodégradables. Ils peuvent être compostés pour faire de l'engrais pour votre jardin.

2 - LA VALORISATION "MATIÈRE" VA PERMETTRE LA FABRICATION D'AUTRES OBJETS DE LA MÊME MATIÈRE :

- le verre est 100% recyclable à l'infini ;
- le plastique permet de fabriquer d'autres bouteilles ou bidons en plastique ;

BRIN D'HUMOUR APRÈS 70 ANS

- Le coin de la rue est deux fois plus loin qu'avant. Ils ont ajouté une montée que je n'avais jamais remarquée.
- J'ai dû cesser de courir après le bus, parce qu'il démarre bien plus vite qu'avant.
- Je crois qu'au fait, maintenant, les marches d'escalier sont plus hautes que dans le temps.
- Et vous avez remarqué, les petits caractères que les journaux se sont mis à employer ?
- Cela ne sert à rien de demander aux gens de parler clairement. Tout le monde parle si bas, qu'on ne comprend quasiment rien.
- On vous fait maintenant des vêtements si serrant, surtout à la taille et

- papier, carton, brique alimentaire permettent d'obtenir à nouveau du papier ou du carton ;
- acier et aluminium permettent de reproduire des objets : fil d'acier, canettes...

3 - LA VALORISATION DES "MÉNAGERS SPÉCIAUX"

- les végétaux issus de l'entretien des cours et jardins,
 - les encombrants, la ferraille, les gravats et déblais domestiques,
 - les déchets textiles,
 - les équipements électriques et électroniques,
- doivent être apportés à la déchetterie. N'oublions pas que la meilleure façon de rester éco-responsable est de privilégier les achats avec le moins d'emballage possible, de préférer les pots contenant davantage de produit, de réutiliser ou de refuser les sachets plastiques, de donner, faire réparer au lieu de jeter... et de trier.

aux hanches, que c'est bien désagréable.

- Les gens, eux-mêmes ont changé. Ils font bien plus jeunes que quand j'avais leur âge. Et d'un autre côté, les gens de mon âge sont bien plus vieux que moi.
- L'autre jour, je suis tombée sur une vieille connaissance. Elle avait tellement vieilli qu'elle ne me reconnaissait plus.
- Je réfléchissais à tout cela en faisant ma toilette ce matin... Quand je me suis regardé dans la glace... Eh ! Bon sang ! Ils ne font même plus d'aussi bons miroirs qu'il y a 60 ans.

Françoise Hugue

Brèves

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE TORCY

Sport-loisir santé, la Gymnastique Volontaire vous propose des cours dédiés aux retraités habitant Torcy, âgés de 65 ans et plus. Une animatrice diplômée vous accueillera à la résidence Lucien Mayadoux tous les lundis (dès le 2 septembre) de 15h30 à 16h30 (hors périodes de vacances scolaires).

Tarif : 40 € l'année

Renseignements : 06 48 97 96 29

Courriel : gv.torcy@laposte.net

L'ESPACE LINO-VENTURA

À 30 ANS !

La compagnie « Le Téatralala » propose à tous les Torcéens de participer à un spectacle pour célébrer l'événement. Aucune expérience théâtrale n'est requise. La compagnie demande simplement d'avoir l'envie de tenter une aventure originale et ludique. Si vous êtes intéressés par ce projet, n'hésitez pas à prendre contact avec **Valérie 01 60 37 37 61**.

" CHANTER C'EST LA VIE ! "

Tous les quinze jours, les participants de l'atelier chant se retrouvent autour de Sébastien pour partager des moments de bonheur, de convivialité. Des Champs-Élysées en passant par Charles Aznavour, la chanson rayonne et illumine la résidence Lucien-Mayadoux. Ce plaisir de chanter, ils vous le feront partager **le lundi 14 octobre à partir de 15h au Petit Théâtre de l'Arche**.

NOUVEAUX RETRAITÉS POUR RESTER ACTIF AUTREMENT

Vous connaissez des personnes nouvellement retraitées. N'hésitez pas à les informer et les inciter à venir s'inscrire au service Animation Retraités, munies d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile. Dès 60 ans, elles pourront accéder aux nombreuses activités organisées par le CCAS. A 65 ans, elles bénéficieront en plus de la sortie annuelle, du banquet ou pourront choisir un cadeau de fin d'année.

ALLOCATION SPÉCIFIQUE RETRAITÉS

Cette aide financière est attribuée aux personnes retraitées résidant à Torcy (non hébergées) et disposant de faibles ressources. Elle est basée sur l'Allocation Solidarité aux Personnes Agées (ASPA), soit actuellement **868,20 € pour une personne seule et 1374,88 € pour un couple.**

Vous avez 65 ans et plus et remplissez les conditions de ressources.

Rendez-vous à l'Espace Accueil du 16 septembre au 5 octobre inclus (aux heures d'ouverture au public) munis des documents suivants :

- pièce d'identité,
- avis d'imposition ou non-imposition portant sur les revenus 2018,
- relevé d'identité bancaire ou postal,
- justificatif de domicile 08 ou 09/2019 (quittance de loyer, E.D.F., G.D.F...).

VOUS DÉPLACER

Transport Municipal gratuit = TM

■ Vos démarches administratives ou médicales

Composez le **01 60 37 37 37** les **mardis et vendredis de 13h30 à 17h,**

■ Vos courses

Rendez-vous **à la résidence**

Lucien-Mayadoux le lundi à 14h

pour l'Intermarché, Lidl et Leader Price de Saint-Thibault-des-Vignes.

Rendez-vous **devant la mairie le jeudi à 13h45 et 14h30 et**

à 14h devant la Résidence

Lucien-Mayadoux

pour Bay II.

Carte de transport à retirer à la direction des Politiques des Solidarités

IL FAIT CHAUD !

Le service Retraités est mobilisé pour aider les personnes âgées et isolées, notamment avec l'équipe des auxiliaires de vie sociale et les aides à domicile.

N'oubliez pas que vous pouvez vous faire recenser en retournant le formulaire envoyé avec *Le Lien* n°68 et disponible sur le site de la ville : www.ville-torcy.fr (rubrique « vie quotidienne », page « seniors »).

Voici pour rappel les bons gestes à tenir :

- boire de l'eau régulièrement,
- se mouiller le corps plusieurs fois dans la journée,
- manger en quantité suffisante,
- maintenir sa maison au frais,
- prendre et donner de ses nouvelles à son entourage.

En cas de malaise appelez le 15.

Transport minicar payant « PAM 77 »

PAM 77 (Pour Aider à la Mobilité), dispositif mis en place par le Conseil départemental, **est un service accessible 7 jours sur 7 entre 6h et minuit** aux titulaires Seine-et-Marnais, munis de cartes justificatives de handicap ou bénéficiaires de l'APA.

Accès aux services du PAM 77 : inscription nécessaire par courrier :

Flexicité 77 – 195 rue Lavoisier –

ZAE Bel AIR - 77240 CESSON

par internet :

<http://www.pam77.info> ou à domicile

en contactant le 0810 0810 77

ou 01 64 10 69 00

Tarifs déplacement aller simple :

- **jusqu'à 15 km** : 5,20 €
- **de 15 à 30 km** : 10,30 €
- **de 30 à 50 km** : 17 €
- **plus de 50 km** : 41 €

SERVICE MUNICIPAL

DIRECTION DES POLITIQUES DES SOLIDARITES

Directrice : Béatrice Sanchez

Tél. : 01 60 37 37 37

SERVICE RETRAITÉS

Ouvert au public du lundi au vendredi de 8h30 à 12h en accueil libre, de 15h à 17h45 sur rendez-vous. Fermé au public mardi après-midi, jeudi matin et samedi.

Responsable : Suzy Senneville

SECTEUR MAINTIEN À DOMICILE

Nouma Jean-Baptiste 01 60 37 37 39

Claudine Mohamed 01 60 37 70 72

Gestion des aides à domicile et constitution des dossiers d'Allocation Personnalisée à l'Autonomie, d'aide sociale, d'obligation alimentaire, placement, téléassistance, plannings et facturation des aides à domicile.

Natacha Tigoulet

Tél. : 06 15 54 32 75

Portage des repas à domicile, (tarif : 4,98 € le repas), transports.

SECTEUR ANIMATION

Stéphane Flipo

Tél. : 01 60 37 70 68

Sorties, voyages, manifestations, activités de loisirs, prévention santé. . .

RÉSIDENCE LUCIEN-MAYADOUX

71, rue de Paris

Responsable : Patricia Richebon

Tél. : 01 64 80 78 71

Résidence autonomie composée de 48 studios, réservés aux personnes âgées valides et autonomes, dotée d'un service de restauration ouvert aux résidents et aux retraités de la ville, le midi, du lundi au vendredi, sauf jours fériés. Le soir, distribution de plateaux repas.

Tarifs des prestations :

- Redevance d'occupation (possibilité d'A.P.L.) : 556,25 €
- Repas (selon quotient familial) : 1,94 à 4,93 €
- Boissons en supplément (vin, café) : 0,57 €
- Plateau repas du soir : 4,98 €

Le Lien n°69

de juillet à octobre 2019

Directeur de la publication :

Guillaume Le Lay-Felzine

Directrice adjointe : Christine Crispin

Rédaction : Le comité de rédaction

Maquette : Le service

communication de la ville de Torcy

Tirage : 1600 exemplaires

Dépôt légal : juillet 2019

Un lundi sur deux à 14h**Atelier tricot**

Résidence Lucien Mayadoux

Un vendredi après-midi par mois**Ciné Senior à la Ferme du Buisson**

Tarif : 4,5 €

Mardi de 14h à 16h**Atelier mémoire**Résidence Lucien Mayadoux
Rens. 01 60 37 70 78**Mardi 16 juillet à 14h30****Visite de la mini-ferme de l'école du Bel Air**Visite commentée par les enfants de Mafalda. Rens. et inscription obligatoire au 01 60 37 70 68
Covoiturage et TM sur réservation**Mardi 6 août à 15h****Jeux autour des 5 sens Suivis d'un goûter**Résidence Lucien-Mayadoux
Renseignements
01 64 80 78 71**Transport Municipal pour vos loisirs de proximité**

Vous rendre à l'espace Lino-Ventura, aux médiathèques, à la Ferme du Buisson, à Bay 1, dans les structures scolaires... est facile grâce à la mise en place d'un **véhicule municipal** et/ou d'un covoiturage avec rendez-vous devant la mairie.

Le T.M. : Transport Municipal est assuré **sur demande** au service Retraités. (3 personnes minimum).
Tél : 01 60 37 70 68

Renseignements et inscriptions au service Retraités
Tél : 01 60 37 70 68

Mardi 27 août à 14h30**Visite de la mini-ferme de l'école du Bel Air**Visite commentée par les enfants de Mafalda. Rens. et inscription obligatoire au 01 60 37 70 68
Covoiturage et TM sur réservation**Samedi 7 septembre à partir de 11h****Forum des associations**

Place de l'appel du 18 juin 1940

Mercredi 11 septembre à 14h30**Grand baccalauréat**

Résidence Lucien Mayadoux

Vendredi 13 septembre à 18h30**Spectacle Culbuto – gratuit**Cours des Lacs à proximité du skate parc
Rens : 01 60 37 37 61**Lundi 16 septembre rdv devant la mairie à 13h45****Randonnée (6 km) à la découverte de la Vallée de la Gondoire**Rens. et inscription jusqu'au 6 septembre au 01 60 37 70 68
Covoiturage et TM**Samedi 21 et dimanche 22 septembre****Journées européennes du patrimoine**Exposition et parcours
Etienne Mondineu
Jardin de l'îlot central, église et château des Charmettes**Du samedi 21 au samedi 28 septembre****Séjour ANCV à TREGASTEL**

Rens. 01 60 37 70 68

Mardi 24 septembre à 19h30**Opéra « La Traviata » en direct**Participation : 17 €
Sur présentation de la carte à retirer au service Retraités
CGR - Bay1**Mercredi 2 octobre à 12h****Repas d'anniversaires**Résidence Lucien Mayadoux
Inscription du 16 au 20 septembre :
01 64 80 78 71**JEUDI 3 OCTOBRE à 14h30****Connaissance du monde****« Le Portugal de terre et d'océan »**

CGR - Bay 1

Participation : 8 € sur présentation de la carte à retirer au service Retraités. Rens. : 01 60 37 70 68
Covoiturage et TM sur réservation**Vendredis 4 octobre - 8 novembre - 6 décembre de 10h30 à 12h****Bibliothèque hors les murs**La médiathèque vous donne rendez-vous pour un moment convivial d'échanges autour des livres, textes lus, CD et DVD.
Résidence Lucien Mayadoux**Dimanche 6 octobre****Troc et Puces dans les rues de la ville****Mercredi 9 octobre à 14h30****Jeux de société avec les enfants du Conseil Communal d'Enfants**Résidence Lucien Mayadoux
Rens. et inscription au 01 60 37 70 68**Dimanche 13 octobre à 18h****Opéra " Madame Butterfly "**en différé. Participation : 17 €
Sur présentation de la carte à retirer au service Retraités. CGR Bay1**Lundi 14 octobre à 15h****Concert de l'atelier chant suivi d'une collation**Petit Théâtre de l'Arche
Participation : 3 €
Covoiturage et TM sur réservation**Mercredi 16 octobre à 14h****Grand baccalauréat**Résidence Chapelin
1, rue Jean-Renoir
Covoiturage et TM sur réservation

Activités gratuites et ouvertes à tous

Volley santé

Le "volley santé" est une pratique du volley adaptée, qui favorise la coordination gestuelle, la prise d'informations visuelles et améliore les qualités de concentration et de relaxation neuromusculaire. La notion d'appartenance à un groupe, l'ouverture aux autres, la convivialité, la réussite individuelle et collective d'exercices techniques permet une reprise progressive de la confiance en soi et l'épanouissement des participants.

Atelier Volley santé gratuit le 1^{er} mardi du mois (début le 3 septembre) de 15h à 16h30 à la résidence Lucien Mayadoux et le 3^{ème} mercredi du mois (début le 18 septembre) de 10h à 11h30 au gymnase Jean-Monnet.

Atelier chant

Fredonner des chansons de variétés que vous avez envie d'interpréter pour vous faire plaisir, essayer votre voix ou partager un moment de détente.

Un lundi sur deux de 9h30 à 12h30 à la résidence Lucien-Mayadoux



Tarot

Les lundis, mercredis et vendredis à 14h à la résidence Lucien-Mayadoux

Chorale 3^{ème} Printemps

Le lundi de 14h à 16h30 au CRI Michel-Slobo

(Ecole de Musique et de Danse, place de l'Eglise).

Rens : 06 75 66 09 47

Atelier « informatique »

Cours d'informatique à la **résidence Lucien Mayadoux.**

Prendre contact avec Mario pour convenir d'un RDV.

Tél. : 01 64 80 78 71

Atelier « mémoire »

Entretien de la mémoire au travers d'exercices simples et ludiques dans une ambiance conviviale.

Les mardis hors vacances scolaires de 14h à 16h à la résidence Lucien-Mayadoux

Billard

Tous les jours à partir de 10h à la Résidence Lucien-Mayadoux.

Baby-foot

Tous les jours à partir de 10h à la résidence Lucien-Mayadoux, sauf le mardi de 15h à 16h et le vendredi de 15h à 17h.

Loto, belote, scrabble

Les mercredis à partir de 14h à la résidence Lucien-Mayadoux.

Ciné ou théâtre

Projection d'un film en DVD ou d'une pièce de théâtre, choisi(e) par les intéressés.

Les vendredis de 15h à 17h30 dans le petit salon de la résidence Lucien-Mayadoux.

Prêt de documents par les médiathèques du Val-Maubuée

150 livres, documentaires, textes lus, romans, ouvrages en gros caractères, magazines, CD, DVD... à votre disposition. **Du lundi au vendredi de 14h à 17h à la résidence Lucien-Mayadoux.**