

le lien

le journal des retraité-es de Torcy

ÉDITO

Pour la 1^{ère} fois depuis le Conseil municipal d'installation le 25 mai dernier où j'ai été désigné conseiller délégué aux seniors et aux relations intergénérationnelles, j'ai le plaisir de m'adresser à vous.

Agé de 65 ans, torcéen depuis 30 ans, j'ai exercé différentes responsabilités associatives avec pour seule priorité « le bien-vivre ensemble » à Torcy. Ce 1^{er} éditorial me donne l'occasion, en votre nom, de saluer le courage et l'investissement du personnel du service Retraités et de la résidence Lucien-Mayadoux qui, durant toute cette période de confinement, n'a pas failli voire même a amplifié sa tâche de première ligne.

Jusqu'à 410 repas ont été portés à domicile chaque semaine (230 en temps normal) tandis que les résidents étaient servis dans leur studio. Le service de maintien à domicile réduit à 40% de son activité n'a cessé de fonctionner pour les bénéficiaires ayant une forte dépendance. Les autres ont été suivis par contact téléphonique régulier. Le service s'est chargé de faire des courses pour les bénéficiaires de l'aide à domicile. Même procédure pour les médicaments apportés par des élus.

A la résidence, 2 demi-journées par semaine, des activités étaient proposées aux résidents... dans les couloirs. Chacun a reçu des chocolats pour Pâques et le traditionnel brin de muguet du 1^{er} mai est venu égayer les appartements.

J'ai hâte que nous puissions ensemble nous retrouver et échanger dans les prochaines semaines sur vos attentes, vos préoccupations. En attendant je vous souhaite à toutes et tous une bonne lecture de ce n°72.

Michel Guéguen
Conseiller municipal
délégué aux seniors et aux relations
intergénérationnelles



Marie-Luce NEMO



Michel GUEGUEN

Les nouveaux membres du CCAS de Torcy

Le 29 juin, une nouvelle équipe motivée s'est réunie pour le premier Conseil d'Administration (C.A) du CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) avec l'installation de ses nouveaux membres.

Il est composé paritairement d'élus locaux désignés au conseil municipal du 25 mai :

- Marie-Luce NEMO, maire adjointe chargée des politiques sociales, de la solidarité et de l'habitat ;
- Michel GUEGUEN, conseiller municipal délégué aux seniors et aux relations intergénérationnelles ;
- Stéphanie BRUNET, conseillère municipale déléguée à la santé ;
- Henriette LINDAYE, conseillère municipale déléguée à l'emploi et à l'insertion professionnelle ;

- Gérard EUDE conseiller municipal ;

et de membres qualifiés nommés par le maire après dépôt de candidatures d'associations œuvrant dans les domaines du social tels que : seniors, famille, lutte contre la pauvreté, insertion emploi.

A l'écoute des usagers, ils se sont engagés dans la poursuite des actions telles que l'accompagnement des personnes âgées, le soutien aux personnes souffrant de handicap, sans oublier de préparer l'avenir avec des projets.

Le CCAS constitue l'outil principal de la municipalité afin de mettre en œuvre les solidarités et organiser l'aide sociale au profit des habitants. Si vous rencontrez des difficultés, le Centre Communal d'Action Sociale peut vous apporter une aide.

Rejoignez-nous !



Après-midi chant avec la finaliste d'Incroyable talent 2017.



Atelier équilibre et mouvement.



Après-midi carnaval avec les enfants de Mafalda.



Après-midi carnaval avec les enfants de Mafalda.



Après-midi carnaval avec les enfants de Mafalda.

VIEILLISSEMENT ET EVOLUTION DE LA SOCIETE

Quel hébergement en situation de dépendance ?

La loi de décembre 2015 relative à l'adaptation de la société au vieillissement favorise l'accompagnement à domicile mais prévoit des solutions d'hébergement et des prises en charges financières pour répondre au mieux au choix et /ou à la situation de chacun.

Caisses de retraite principales, conseils départementaux (ASH, Assurance maladie, organismes divers mandatés par l'Etat (Anah), différents dispositifs nationaux sont les principaux collaborateurs financiers pour vous aidez :

- Si vous voulez rester dans votre domicile : s'équiper de matériel technique, adapter votre logement pour faciliter les déplacements, l'accès aux étages, transformer la baignoire en douche et mettre en place des interventions d'aide à domicile et l'installation d'un système d'alerte.

- Si vous préférez opter pour une solution intermédiaire : habiter dans une résidence autonomie, résidence service ou village senior qui permet

une vie autonome dans un cadre sécurisé. Des services collectifs facultatifs y sont proposés.

- Si vous avez besoin d'assistance et de soins au quotidien : résider en Etablissement Hébergeant les Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) permet non seulement de bénéficier d'équipements adaptés mais également de personnel médical et paramédical (médecins, infirmières, aides-soignants, auxiliaires de vie, kiné...) d'assistance et services du quotidien tels que la restauration, la blanchisserie, le coiffeur...

La ville de Torcy s'est engagée pour proposer un habitat adapté au public sénior. Citons la résidence autonomie Lucien-Mayadoux, la résidence Charlie-Chaplin et à venir, la résidence intergénérationnelle de la Zac des Coteaux. Le CCAS de Torcy vous informe, vous oriente et vous accompagne dans la mise en place de vos projets d'hébergement.

N'hésitez pas à vous renseigner.

POÈME

On a perdu sœur Ernestine

Il y a très longtemps, sur les hauts de Torcy, était une très vieille ferme. Elle dépendait du couvent des sœurs Bénédictine. On l'appelait la « ferme du couvent ». Surveillés par une fillette, vaches, moutons, volailles s'ébattaient dans les prés et la forêt.

La ferme produisait la nourriture du couvent et des hospices, nombreux à l'époque. Plus loin se trouvait le lavoir alimenté par une source qui s'écoulait d'une fissure dans un rocher, protégé par un hêtre magnifique.

Un jour, le couvent fut en émoi : sœur Ernestine n'était pas revenue du lavoir. Pendant ce temps là... La sœur se penchant au-dessus de l'eau miroitante rencontra son visage. Elle se trouva fort belle. Elle enleva sa coiffe puis son voile, étala ses cheveux et se mira de plus près... Elle puisa de l'eau entre ses mains, se désaltéra et disparut...

Près de son panier de linge, il ne resta qu'une jolie rainette. Encore ébahie, elle sauta sur une feuille puis un nénuphar.

Sa majesté le Hêtre se mit à rire en comprenant que sœur Ernestine s'était transformée en une joyeuse grenouille.

Françoise HUGUE

Club des Poètes de Marne-la-Vallée

Brèves

APPEL À BÉNÉVOLES

Vous avez plus de 50 ans, vous avez le goût de la lecture ? Devenez bénévole au sein de **l'association « Lire et faire lire »**.

Votre mission sera de lire des histoires à un groupe de 2 à 6 enfants volontaires, dans une démarche de plaisir, de partage et de découverte au sein d'une structure éducative (école, crèche, bibliothèque, centre de loisirs...) Rejoignez-nous pour des instants magiques !!!

lfl77.lydie.vincent@gmail.com

SÉJOURS ANCV

DU 3 AU 10 OCTOBRE À CÉRESTE (LUBÉRON)

Les inscriptions se dérouleront du **lundi 24 août au jeudi 3**

septembre au service Retraités, de 9h30 à 11h30 et de 14h à 16h30, aux jours d'ouverture de la mairie.

ALLOCATION SPECIFIQUE RETRAITES

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 903,20 € pour une personne seule et 1402,22 € pour un couple.

Vous avez 65 ans et plus et remplissez les conditions de ressources, rendez-vous à l'Espace Accueil du 12 au 31 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 2019,
- relevé d'identité bancaire ou postal,
- justificatif de domicile de août ou septembre 2020 (quittance de loyer, E.D.F., G.D.F...).

TENNIS SANTÉ

LE TENNIS POUR TOUS

Le club de tennis vous propose 1h de cours le lundi de 14h à 15h avec un professeur formé au tennis santé, la possibilité de jouer en dehors des heures et des jours de cours et le prêt de raquette. Tarif : 33 € par mois.

2 séances de découverte sont prévues les lundis 7 et 14 septembre de 14h à 15h.

Rens. et inscription : 01 60 06 65 90 / 13, av Lingenfeld à Torcy.

email : tennisclubdetorcy@wanadoo.fr

CANICULE

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 71* et disponible sur le site de la ville : www.ville-torcy.fr

Voici pour rappel les bons gestes à tenir :

- boire de l'eau régulièrement,

- se mouiller le corps plusieurs fois dans la journée,
- manger normalement,
- maintenir sa maison au frais,
- prendre et donner de ses nouvelles à son entourage.

A noter qu'il n'existe pas d'incompatibilité identifiée entre les mesures barrières et les recommandations du plan canicule.

En cas de malaise appelez le 15.

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 2.

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 : 5,50 €
- de 15 à 30 km : 10,50 €
- de 30 à 50 km : 17,35 €
- plus de 50 km : 41 €

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

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.) : 560,48 €
- 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°72

De juillet à octobre 2020

Directeur de la publication :

Guillaume Le Lay-Felzine

Directeur adjoint : Michel Guéguen

Rédaction : Le comité de rédaction

Maquette : Le service

communication de la ville de Torcy

Tirage : 1600 exemplaires

Dépôt légal : juillet 2020

Programme susceptible d'être modifié en fonction des directives liées à la crise sanitaire.

Inscriptions obligatoires



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

Jeudi 13 août à 22h30
"Le Grand bain"

Cinéma plein air au parc des Droits de l'Enfant

Vendredi 14 août à 22h30
"Jumanji : bienvenue dans la jungle"

Cinéma plein air au parc des Droits de l'Enfant

Vendredi 21 août à 12h
Pique-nique au parc des Droits de l'Enfant

Rdv à la résidence Lucien-Mayadoux
Rens. et Ins : 01 60 37 70 68

Tous les lundis à partir de septembre

Gymnastique Volontaire de Torcy

Sport loisir santé, la Gymnastique Volontaire vous propose des cours dédiés aux séniors habitant Torcy âgés de 65 ans et plus. Une animatrice diplômée vous accueillera à la résidence Lucien-Mayadoux tous les lundis (dès le 31 août) de 15h30 à 16h30 (hors périodes de vacances scolaires).

Tarif : 40 € à l'année

Renseignements : 06 48 97 96 29

Courriel : gv.torcy@laposte.net

Lundis 7 et 14 septembre de 14h à 15h

Séance découverte Tennis santé au 13 av. de Lingenfeld

Rens 01 60 06 65 90

Mercredi 9 septembre à 18h
Cirque en plein air "Ninguna Palabra"
Balbà Cie

Esplanade de Beauregard (derrière le groupe scolaire Beauregard)

Spectacle familial gratuit

Durée 30 min

En partenariat avec la Ferme du Buisson, scène nationale de Marne-la-Vallée

Mercredi 16 septembre à 13h30 à la mairie
Rando autour des lacs de Torcy

Rens et ins : 01 60 37 70 68

Lundi 21 septembre à 14h
SÉANCE DE CINÉMA OFFERTE PAR LA MUNICIPALITÉ

Petit Théâtre de l'Arche

Entrée libre

Rens. : 01 60 37 70 68

Covoiturage et TM sur inscription

Mercredi 23 septembre à 14h30

Atelier Origami

à la résidence Lucien-Mayadoux

Rens. et Ins. : 01 60 37 70 68

3 au 10 octobre
Voyage ANCV

à destination de Céreste dans le Lubéron

Samedi 3 octobre à 15h et 18h

Théâtre

marionnettique

"Simone is not dead"

Petit Théâtre de l'Arche

Tout public dès 7 ans

Tarif : 6 € / 4 €

Mercredi 14 octobre à 14h30

Atelier Origami

à la résidence Lucien-Mayadoux

Rens. et Ins. : 01 60 37 70 68

Mercredi 18 novembre à 14h30

Après-midi Trivial Pursuit

avec les enfants du CCE

à la résidence Lucien-Mayadoux

Rens. : 01 60 37 70 68

Activités gratuites et ouvertes à tous

L'inscription est obligatoire pour toutes les activités.

BIBLIOTHÈQUE HORS LES MURS

Vendredi de 10h30 à 12h
18 septembre, 16 octobre,
20 novembre,
18 décembre

La médiathèque vous donne rendez-vous pour un moment convivial d'échanges autour des livres, textes lus, CD et DVD.

Résidence Lucien-Mayadoux.

VOLLEY SANTÉ

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.

TAROT

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

ATELIER CHANT

7, 14, 21 septembre
5, 12, 19, 26 octobre
2, 9, 16, 23, 30 Novembre
à la résidence
Lucien-Mayadoux.

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
Résidence Lucien-Mayadoux.

BABY-FOOT

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

PING-PONG

Reprise en septembre
Si vous êtes intéressé, merci de prendre contact avec Stéphane Flipo du service Animation.
Gymnase de l'Arche-Guédon

ATELIER TRICOT

Lundi à 14h
Résidence Lucien-Mayadoux.

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.

VOLLEY SANTÉ

Le "volley santé", est une pratique du volley adaptée, favorisant la coordination gestuelle, la prise d'informations visuelles. Il 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 gratuit **le premier jeudi du mois de 15h à 16h30 à la résidence Lucien-Mayadoux et le troisième mercredi du mois de 10h à 11h30 au gymnase Jean-Monnet.**

LOTO, BELOTE, SCRABBLE

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