

ISTRESeniors

N°4

30 septembre 2016
400 seniors pour l'aïoli
> l'album photos dans ce numéro



LES ESCAPADES

Tout au long de l'année, le service animation des foyers propose aux seniors des sorties diverses et variées dans un esprit d'échange et de partage

Plages, glaciers, contrée, rami, belote, tarot, activités manuelles, chansons... dans une ambiance climatisée à souhait. Dès 10 heures, la cafétéria de la Regalido ou le comptoir bar de la Meraviho s'animent pour un café, un thé, un verre d'eau fraîche, un simple mais cordial "Bonjour", le journal passe de mains en mains, et la journée commence dans la fraîcheur des bâtiments. Selon le programme, certains optent pour une sortie plage à la Romaniquette pour une baignade revigorante et un repos réparateur à l'ombre des pins; le tout sans se soucier du transport qui est effectué en car ou voiture CCAS. Accompagnement également si ces messieurs-dames le désirent, pour une sortie "douceurs" en terrasse ombragée dans un glacier des environs. S'il n'y a pas de sorties, qu'importe ! Les tables de jeu s'animent et les activités manuelles s'enchaînent en prévision des animations futures. Quelquefois, la journée peut amener des surprises comme ce chanteur en vacances dans le coin venu donner de la voix et de son temps pour des papys et mamies ravis. Cet été, le service animation a proposé un mardi tous les 15 jours un petit déjeuner complet ; les seniors ont répondu présent et il y a fort à penser que l'expérience se poursuivra. Le 30 septembre, un aïoli géant a ponctué, sur les bords de l'étang de l'Olivier, un bien bel été.

CCAS

Centre Communal d'Action Sociale
> 18 Avenue Aristide-Briand

☎ 04 42 55 51 00

Directrice du service : Michèle JULLIEN

Horaires d'ouverture :

8h-12h30 et 13h30-17h30

RESPONSABLE DE LA PUBLICATION

LAURENT TRAMONTIN

RÉDACTEURS ET PHOTOGRAPHEs ANGÉLIQUE FABRE, VINCENT JULLIEN (CCAS)

DIRECTION DE LA COMMUNICATION ET DE LA PROMOTION DE LA VILLE D'ISTRÉS

GRAPHISTE MEGGAN CHAUDRON (APPRENTIE)

IMPRESSION IMPRIMERIE VALLIÈRE

▼ Les pieds dans l'eau

Comme tous les étés, chaque vendredi, nos seniors ont pu se détendre à l'ombre des pins et déguster des petits plats concoctés par "le Pointu" au bord de l'eau à la plage de la Romaniquette. ●



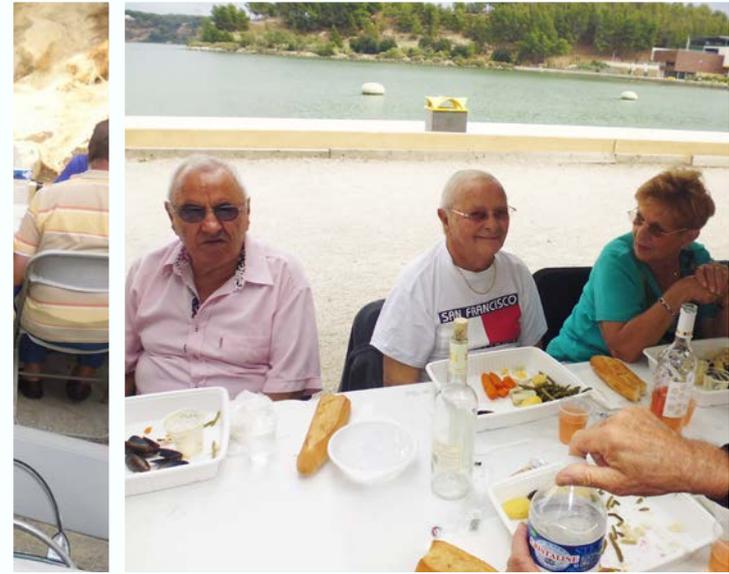
▼ Fraîcheur d'été

En cette période de forte chaleur, rien de mieux que la dégustation de glaces artisanales dans un cadre plus que charmant. ●



Quioli des foyers 2016





LA VIE DANS LES FOYERS

Chaque mois les foyers sont rythmés par des activités permettant aux seniors de s'impliquer pleinement dans la vie des foyers

► Les apéros de la Régalido



Pendant l'été, comme une tradition provençale, 11h30 sonne l'heure de l'apéro, chips, olives, cocktails sans alcool et bonne ambiance sont de la partie, un vendredi sur deux. ●

► Interview du Mois

- Léo et Josette BENET
 - 85 ANS ET 83 ANS
 - NÉS À MOUILLAC ET LIBOURNE
- FRÉQUENTENT LE FOYER DEPUIS 6 ANS



"Nous sommes arrivés à Istres en 1998, nous fréquentons le foyer de la Régalido depuis 6 ans grâce aux conseils de notre fils. Nous mangeons au foyer depuis 4 ans et participons activement aux activités et sorties proposées par le service animation. Nos après-midis sont rythmés par le scrabble pour madame pendant que je m'occupe au jardin ou au billard. Nous venons à la Régalido pour ne pas être seuls, nous créons chaque jour de nouveaux liens dans une ambiance conviviale en nous adaptant aux différentes personnalités. Ce lieu est une échappatoire où nous oublions les soucis pour laisser place à la détente. L'ensemble du personnel est agréable et favorise la bonne ambiance." **Le 28 octobre 2016, ils fêteront 66 ans de mariage. Toutes nos félicitations.**

► P'tit déj

Durant la saison estivale, deux mardis par mois, tartines de pain chaud, confitures, produits laitiers et fruits frais ont fait de ces petits déjeuners des instants de convivialité, très appréciés par les plus matinaux. À partir de la rentrée, nous vous retrouverons une fois par mois. ●



CULTURE ET CITATION

"Il ne fait pas bon travailler quand la cigale chante." Proverbe provençal

De passage en Provence pour les vacances, le petit-fils d'une habituée de la Régalido, est venu le temps d'un après-midi, partager sa passion pour le chant, pour le plaisir de nos aînés ●



ESPACE INFOS...

> LES ATELIERS PROPOSÉS PAR LE CCAS

• AQUASENIOR

à l'Aqualud d'Entressen
En partenariat avec la direction des sports de la ville. De 11h à 12h les mardis et vendredis
Voir Fary

• BIEN-ÊTRE

> Anne-Lise
Intervenante : Muryel
Jeudi de 11h à 12h

• CINÉMA LE COLUCHE

> Angélique
Un lundi/mois de 14h à 16h

• CRÉATIF

> Nathalie et Sandra
• **Regalido** : mardi et mercredi à partir de 14h
• **Meraviho** : lundi et jeudi à partir de 14h
• **Rassuen** : lundi à partir de 14h

• CUISINE

> Cathy et Nathalie
Vendredi à la Salle du Bel Etang.
> Sandra et Fary
Lundi au Centre Social Pierre-Miallet

• INFORMATIQUE

> Vincent
En partenariat avec l'Entraide
Vendredi de 9h à 12h à la Regalido

• MÉMOIRE

> Anne-Lise
Lundi de 14h à 16h
Intervention de la ludothèque
Lundi/mois avec Louisa

• RÉTROPROJECTION

> Vincent
• **Regalido** : 2 vendredis/mois
• **Meraviho** : un lundi/mois
• **Rassuen** : un jeudi/mois

• SOPHROLOGIE

Intervenante : Céline Jauras
voir Anne-Lise et Fary

► INSCRIPTION POUR LE COLIS DE NOËL

Meraviho du 26 au 30 septembre de 8h30 à 12h.
Regalido du 3 au 14 octobre de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h.

► DISTRIBUTION DU COLIS DE NOËL

Le 6 décembre 2016 à 14h au gymnase DONADIEU
CCAS ☎ 04 42 55 51 00



CCAS ☎ 04 42 55 51 00

Renseignements et inscriptions - Service Animation

Regalido ☎ 06 89 57 67 92 • Meraviho ☎ 04 42 11 03 65

• Rassuen ☎ 04 42 55 51 47

Car senior ☎ 06 32 07 75 84

Accompagnement/Petits travaux ☎ 04 42 55 52 47

► L'ATELIER DU MOIS



Les ateliers manuels !

Au sein des foyers, le service animation s'efforce de révéler la fibre créatrice de nos seniors. En effet des activités manuelles sont proposées tout au long de l'année dans chaque foyer. Un échange de moments conviviaux, un partage du savoir de chacun rythment ces après-midis. Les seniors participent activement à la confection des décorations liées aux repas à thème mais créent également diverses œuvres en sollicitant leur habileté. Une occasion de favoriser l'estime de soi et les talents de chacun !

LES DATES À NE PAS MANQUER !

• Repas à thème à la Regalido
"l'Egypte"
Mardi 18 octobre 2016

• Repas à thème à la Meraviho
"la mer"
Mardi 8 novembre 2016

• Les repas de Noël
Regalido 12 - 14 et 16 décembre
Meraviho 13 décembre
Rassuen 15 décembre

Restauration : vente de tickets

- Regalido ☎ 06 33 00 88 02 - lundi et jeudi de 9h à 12h
- Meraviho ☎ 04 42 11 03 67 1^{er} et 3^{ème} mercredi du mois de 10h à 12h
- Rassuen ☎ 04 42 55 51 47 - 1 fois/mois de 10h à 12h