

ISTRES *Seniors*

LE MAGAZINE DES FOYERS SENIORS

N°9



ÉCHANGE, PARTAGE ET SOLIDARITÉ

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



Dans ce nouveau numéro d'Istres Seniors, vous pourrez revivre les moments forts mis en oeuvre par les équipes du CCAS pendant les fêtes de fin d'année avec notamment un retour en images sur les différents repas de Noël organisés à la Régalido, la Meraviho ou encore à Rassuen. De grands rendez-vous placés sous le signe de la convivialité, auxquels j'ai toujours le plaisir de participer pour évoquer avec vous l'année qui vient de s'écouler et celle qui nous attend.

La mobilisation des services municipaux et notamment du personnel du CCAS s'annonce, une nouvelle fois, très importante avec comme objectifs : permettre aux seniors d'Istres de se retrouver pour partager des temps de loisirs et de détente, offrir à ceux qui en ont besoin et qui le souhaitent, la possibilité de rompre la solitude, l'isolement et maintenir du lien social.

Les festivités de Noël n'ont malheureusement pas effacé les difficultés que peuvent rencontrer certaines familles. Ainsi, nous avons décidé de revenir dans ce numéro d'Istres Seniors sur le soutien apporté par l'épicerie sociale. Créée en 2007, elle est située en plein cœur du centre-ville et se veut bien plus qu'un lieu dédié à l'alimentation des personnes en difficulté, en étant également propice à l'échange et au réconfort. Je salue la participation des jeunes qui effectuent leur service civique au sein de la ville d'Istres. C'est une belle illustration du lien entre les générations que nous entretenons précieusement au travers de nombreuses actions municipales.

François Bernardini
Maire d'Istres
Président du CCAS
Vice-président de la Métropole
Aix-Marseille Provence
Président du Conseil de Territoire
Istres-Ouest Provence

Calendale - 22/12/2017 - Meraviho

Comme chaque année, le 22 décembre 2017 les seniors de la Meraviho se sont appliqués à perpétuer une très belle tradition provençale autour du sketch « Les perdreaux » dans un esprit de convivialité et de partage.

Repas à thème "guinguette"

17/10/2017 - Meraviho



Une année s'est éteinte, une nouvelle s'offre à vous. Le dernier trimestre a été intense comme les articles qui suivent en attestent, et principalement le mois de décembre durant lequel la distribution des colis

ainsi que les repas de Noël et autres festivités apportent à ce nouveau numéro des visages souriants et heureux. J'espère que vous avez tous passé de belles fêtes de fin d'année, entourés de vos familles ou amis. En ce début d'année 2018, toute l'équipe des foyers du CCAS est prête et motivée pour vous apporter toujours plus d'animations et de surprises. Tous ces petits bonheurs au quotidien qui offrent autant de plaisir à réaliser qu'à vous proposer, votre satisfaction est leur objectif et leur plus belle récompense.

Belle et heureuse année 2018

Elisabeth GREFF
Adjointe au Maire,
déléguée à l'action sociale



Comme chaque année le dernier trimestre dans nos foyers est riche en festivités. Dès le mois d'octobre on a dansé costumé à la Meraviho sur le thème de la guinguette et à la Régalido ou déjeuné aux 4 coins de France.

Puis nous nous sommes retrouvés autour de monsieur le Maire et de nombreux élus pour distribuer les colis de Noël offerts par la municipalité, tant à la Meraviho qu'au foyer de Rassuen ou au gymnase Donadieu. La distribution bien orchestrée par le CCAS a fait de nombreux heureux.

Que dire des cinq repas de Noël qui nous ont donné un avant goût des fêtes de fin d'année. Les nombreuses photos prises au cours des repas relatent bien l'ambiance chaleureuse qui y régnait : repas délicieux, décorations soignées, le bien vivre ensemble n'était pas encore un vain mot. J'espère que nous vous avons apporté chacun à notre niveau joie, bonheur et espoir en l'avenir.

Cathy QUET
Conseillère Municipale,
chargée des seniors

Interview du mois

MALPEZZI Odette

◆
Née le 7 juillet 1931
(87 ans)

à Hagondange
en Moselle

◆
Fréquente le foyer
depuis 2010



Je suis arrivée à Istres depuis 2010 mais je connais cette ville depuis 55 ans. J'ai connu le foyer grâce à Christiane qui y travaillait à ce moment là. J'ai fréquenté le foyer tout de suite et tous les jours pour les repas. Je suis partie prenante de sa vie avec la participation à toutes les activités qu'il propose comme les ateliers manuels du lundi, et les autres jeux le reste de la semaine.

Ce foyer est pour moi une « maison familiale » qui m'aide à rompre la solitude. Nous sommes accueillis tous les jours par des équipes formidables (animation, cuisine et transport). Sans le foyer je ne pourrais pas vivre, il n'y a qu'ici que je me sens bien.

« Le foyer c'est ma deuxième maison »



ÉPICERIE SOCIALE Des instants partagés

Au-delà d'une simple distribution alimentaire, l'épicerie sociale « **l'instant partagé** » est un creuset de fabrication de lien social permettant de rompre l'isolement et de prendre conscience que « la vraie valeur d'un homme réside, non dans ce qu'il a, mais dans ce qu'il est ».

Grâce à un accueil professionnel et motivé, les besoins des familles sont ciblés et comblés tant par la fourniture de denrées que par des conseils avisés, des écoutes attentives donnant naissance à la mise en œuvre d'un projet social individualisé. En effet, l'épicerie sociale est une passerelle vers la découverte de l'estime de soi, vers la prise de conscience des ses valeurs et compétences, vers les échanges de savoir-faire, de savoirs dans le respect mutuel.



Les usagers de l'épicerie sociale prennent d'une main l'aide alimentaire qui leur est momentanément nécessaire en donnant de l'autre ce qu'ils sont, ce qu'ils savent, ce qu'il font.

La raison d'exister de cette structure est basée sur l'échange : une aide en contrepartie d'une autre qui peut consister en des actions de bénévolat au sein du local mettre les produits en rayon, décharger les camions d'approvisionnement, participer à la collecte de la banque alimentaire, par l'inscription à des ateliers ou le rééquilibrage du budget familial.

C'est une participation active à la vie sociale de la structure où ils retrouvent le sens de l'échange et la mesure de leur valeur et de leur potentiel.

Toutes les activités de l'instant partagé sont prétexte à des informations (à propos de la santé, du budget, culturelles, sportives...), à des apprentissages (cuisiner à petits prix, jardiner, cultiver...) et à des échanges.

Le rayonnement et la performance de l'épicerie sociale d'Istres sont dus également au maillage d'un partenariat actif et solidaire avec les services sociaux, les services municipaux et CCAS, associations et organismes, qui par leur soutien viennent renforcer l'aide apportée aux personnes en difficultés.

Adresse :

3 bis impasse sainte Catherine
13800 Istres

☎ 0442560988

Horaires d'ouvertures :

Courses : lundi de 8h45 à 12h et de 13h30 à 16h30

Vendredi de 8h45 à 15h30

Mardi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h

Jeudi (livraison) de 9h à 12h et de 13h30 à 17h



Colis de Noël

7 et 8 décembre 2017



Le Maire est venu accueillir les istréens

et partager ce moment convivial

Repas de Noël dans les foyers

Crèche réalisée par "le Fil d'Ariane"



Escapades

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

Foire aux santons - 21 novembre 2017



Village des marques - 28 novembre 2017



Mais aussi...

Carrière de lumière, aux Baux-de-Provence, le 6 octobre 2017

Laser game, le 19 octobre 2017

Médiathèque, le 20 octobre 2017

Village des marques, le 9 novembre 2017

Repas à thème

4 coins de France - 3 octobre 2017



Infos

Les ateliers proposés par le C.C.A.S

AQUASENIOR

> **Fary**. À l'Aqualud d'Entressen. En partenariat avec la direction des sports de la ville.

De 11h à 12h les mardis et vendredis.

BIEN-ÊTRE

> **Anne-Lise**. Intervenante : Muriel. 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

> **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. 1 Lundi/mois avec Louisa.

SOPHROLOGIE

> **Anne-Lise et Fary**. Intervenante : Céline Jauras.

ATELIER ART'CRÉA

> **Angélique**. Tous les mardis à 14h au foyer « Bel étang »

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

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^e mercredi du mois 10h à 12h
- Rassuen ☎ 04 42 55 51 47 1 fois/mois de 10h à 12h

Départ à la retraite

Après avoir passé 8 années au service des seniors, André Fouque a pris sa retraite et va pouvoir profiter à temps plein de ses passions.



Les dates à ne pas manquer !

► Chandeleur 2018

Meraviho : 8 février

Rassuen : 12 février

Regalido : 13 février

Inscription au repas du Maire du 29 & 30 mai 2018

- du 3 au 6 avril à la Meraviho
- du 9 au 20 avril à la Regalido

ISTRES SENIORS

RESPONSABLE : LAURENT TRAMONTIN

RÉDACTEURS ET PHOTOGRAPHES : ANGÉLIQUE FABRE - VINCENT JULLIEN

TIRAGE : 1 500 EXEMPLAIRES

IMPRESSION : IMPRIMERIE VALLIÈRE



CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE - ISTRES

Centre Communal d'Action Sociale

> 18 Avenue Aristide-Briand

13800 ISTRES - ☎ 04 42 55 51 00

Directrice : Michèle JULLIEN

Horaires d'ouverture : 8h-12h30 et 13h30-17h