

# ACTUALITÉS SÉNIORS DU CCAS

FEVRIER 2024

Régulièrement, retrouvez l'essentiel des actualités seniors du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) dans une lettre d'information.

## RETROUVEZ LE CCAS

Pour répondre au mieux aux besoins des Clayois, le Centre Communal d'Action Sociale vous accueille à l'Hôtel de Ville :

Du lundi au mercredi : de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30 ;  
Le jeudi : de 13h30 à 17h30 ;  
Le vendredi : de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.

## LE SERVICE ÉVOLUE !

Désormais, le CCAS ne reçoit que sur rendez-vous sauf les lundis et les jeudis après-midi.



## UNE SAINT-VALENTIN ENTRE AMIS : METTEZ-VOUS SUR VOTRE 31 !

**UNE SAINT-VALENTIN ENTRE AMIS**

ACTIVITÉ SÉNIORS  
MERCREDI 14 FÉVRIER 2024

ESPACE ANDRÉ MALRAUX  
DE 14H À 17H

TARIFS  
CLAYOIS : 5 €  
EXTÉRIEURS : 10 €

**METTEZ-VOUS SUR VOTRE 31 !**

    SUIVEZ-NOUS  
[www.claye-souilly.fr](http://www.claye-souilly.fr)

**CCAS** VILLE DE Claye Souilly  
01 60 26 92 04/05

MERCREDI 14 FÉVRIER 2024

Découvrez le charme de la Saint-Valentin d'une manière spéciale, avec notre thé dansant, en compagnie de la talentueuse Corinne Rousselet à l'accordéon, et préparez-vous à être séduits par des mélodies envoûtantes.

On vous attend avec vos plus belles tenues pour célébrer l'amour et l'amitié dans une ambiance élégante et romantique.

**Lieu :** espace André-Malraux.

**Horaires :** de 14h à 17h.

**Tarifs :** 5 € pour les Clayois. 10 € pour les extérieurs.

**Inscriptions** au CCAS ou par mail :  
[social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

# THÉ DANSANT DE PRINTEMPS

MARDI 12 MARS 2024

## PAPOTAGE, GRIGNOTAGE ET THÉ DANSANT



Vous aimez danser, échanger et partager des moments conviviaux ?

Amateurs de musique et de bonne humeur, rejoignez-nous lors de cet inoubliable thé dansant. Laissez-vous emporter par les rythmes entraînants et vivez une expérience mémorable en compagnie de passionnés de musique. Préparez-vous pour un agréable moment en musique et en bonne compagnie, tout en profitant d'un délicieux goûter.

**Lieu :** salle Planète Oxygène.

**Horaires :** de 14h à 17h.

**Tarifs :** Clayois : 5€ - Extérieurs : 10€

**Inscriptions** du 12 février au 12 mars au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

## BANQUET DES SÉNIORS

WEEK-END DU 27/28 AVRIL 2024

## BANQUET DES SÉNIORS



Mettez vos chaussures de danse et rejoignez-nous pour un après-midi plein de rythme et de sourire !

Notre traditionnel banquet des séniors est l'occasion parfaite pour les Clayois de se retrouver, de se faire de nouveaux amis, et de danser au son de leurs airs préférés.

Préparez-vous à virevolter sur la piste et à savourer des moments de joie et de musique en bonne compagnie.

**Lieu :** gymnase Henri-Loison.

**Horaires :** de 12h à 17h.

**Tarifs :**

- 68 ans et plus : gratuit.
- Conjoints de moins de 68 ans : 40 €.

**Inscriptions** du 26 février au 25 mars 2024 au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

# SORTIE “ CHEZ GÉGÈNE ”

DIMANCHE 26 MAI 2024

## GUINGUETTE

Plongez dans l'ambiance rétro d'une guinguette au restaurant “ Chez Gégène ” ! Les séniors sont invités à se détendre, à bavarder et/ou à danser au rythme de musiques conviviales.

Profitez de l'atmosphère chaleureuse, et laissez-vous emporter par la magie de la guinguette. Une journée nostalgique et joyeuse en perspective, où les souvenirs se mêleront aux échanges et à la danse.

**Lieu :** “ Chez Gégène ” - Joinville le Pont.

**Horaires :** de 12h à 17h.

**Tarif :** 67.52 €

**Inscriptions** du 2 avril au 2 mai 2024 au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

**Nombre de places :** 48 personnes.



## LES LUMIÈRES DU PASSÉ

SAMEDI 29 JUIN 2024

## SPECTACLE : LES LUMIÈRES DU PASSÉ

Voyagez dans le temps avec un spectacle historique à Meaux, une épopée captivante à travers 2 000 ans d'histoire de France !

Admirez des costumes grandioses, revivez les moments forts de notre passé, des Meldes aux années folles. Une soirée épique qui célébrera le riche patrimoine de notre région. Ne manquez pas cette aventure mémorable sous forme de voyage dans le temps !

**Lieu :** au pied de la cathédrale de Meaux.

**Horaires :** de 20h à minuit.

**Tarif :** 52.80 €.

**Inscriptions** du 29 avril au 29 mai 2024 au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

**Nombre de places :** 48 personnes.



# ATELIERS SPORTIFS

## SPORT ADAPTÉ AUX SÉNIORS AVEC L'ASSOCIATION RECAP

Quel que soit votre problème de santé RECAP peut s'adapter !

Grâce à une convention avec le CCAS, des séances de gym douce et d'étirements, encadrées par des professionnels spécialisés, sont proposées aux séniors. Elles offrent un espace convivial pour renforcer votre souplesse, améliorer votre équilibre et favoriser une meilleure posture.

Ne manquez pas ces moments alliant exercices physiques adaptés et ambiance chaleureuse.

**Horaires :** tous les jeudis matin.

**Tarif :** 25€ par mois.

**Inscriptions** au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

**Lieu :** Foyer Burel.



## GYM DOUCE AVEC JULIUSZ

Découvrez notre programme de gym douce, animé par Juliusz, le coach sportif de la Ville.

Adaptées aux besoins spécifiques des séniors, ces séances travaillent votre posture, votre souplesse ainsi que votre équilibre. Grâce à l'encadrement professionnel et bienveillant de Juliusz, chaque séance devient un moment de bien-être, favorisant les rencontres et l'esprit d'équipe.

Rejoignez-nous pour une expérience de remise en forme accessible et conviviale, où le plaisir de bouger est au rendez-vous !

**Horaires :** tous les lundis, de 11h45 à 12h30.

**Tarif :** gratuit.

**Inscriptions** au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

**Lieu :** Foyer Burel.



# EN MARCHÉ POUR UNE SANTÉ ACTIVE !

La ville de Claye-Souilly se mobilise pour votre bien-être ! Rejoignez-nous à l'atelier « Plus de pas », dédié à promouvoir une vie active et en bonne santé. L'occasion de prendre soin de votre santé physique !

**Dates :** du 5 mars au 2 avril 2024.

**Horaires :** les mardis de 14h à 15h30.

**Tarif :** gratuit.

**Inscriptions** au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

**Lieu :** au CCAS et en extérieur.



## AUTRES ATELIERS

### ATELIERS MÉMOIRE AVEC LE PRIF

Le CCAS vous convie à des ateliers mémoire enrichissants, organisés en partenariat avec le PRIF. Ces sessions sont conçues spécialement pour stimuler vos facultés cognitives tout en partageant des moments conviviaux.

**Date:** du 22 avril au 8 juillet 2024

**Horaire :** les lundis de 14h à 15h30.

**Tarif :** gratuit.

**Inscriptions** au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

**Lieu :** au CCAS, en salle des mariages.



### ATELIERS INFORMATIQUE ET SOUTIEN PERSONNALISÉ AVEC LA CLAYE DIGITALE

Le CCAS, en collaboration avec la Claye digitale, met en place des ateliers informatiques. Désormais, tous les lundis, deux ateliers informatiques dédiés aux seniors clayois sont proposés, le premier de 10h à 11h et le second de 11h à 12h. Ces sessions, initialement axées sur internet, offriront des opportunités d'apprentissage pour tous.

En plus de ces ateliers, des rendez-vous individuels seront mis en place pour toute difficulté administrative numérique que vous pourriez rencontrer.

Plus d'informations et inscriptions au CCAS ou par mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr).

**Tarif :** gratuit.



#### ATELIERS NUMÉRIQUES

**Horaires - Lundi de 9h00 à 12h30**

Démarches d'accès aux droits (mise à jour et compléter son dossier CAF ou CPAM, réaliser un CV, créer un espace France Connect), Découvrir le numérique, Utiliser internet, ...etc

**Gratuit pour les clayois-es**

**Renseignements et inscriptions**  
auprès du CCAS de Claye-Souilly  
Tél. : 01 60 26 92 04/05  
Allée André-Benoist  
77410 Claye-Souilly

## CANICULE, ADOPTEZ LES BONS GESTES !

Dans le cadre du plan d'alerte et d'urgence départemental pour des risques exceptionnels et notamment de canicule, la ville de Claye-Souilly met à disposition de ses administrés un registre nominatif sur lequel peuvent s'inscrire les personnes âgées fragilisées et/ou en situation de handicap.

Pour bénéficier du dispositif d'aide et d'actions qui est déclenché en cas d'épisode caniculaire, il est donc important pour les personnes de plus de 60 ans et les adultes en situation de handicap ne faisant pas encore partie du registre de s'inscrire auprès du CCAS à partir du 15 mars 2024.

D'une année sur l'autre, vous restez inscrits sur le registre canicule. Cependant, veillez à bien mettre à jour vos coordonnées et ceux de vos contacts.

## WEEK-END DU CHOEUR

La ville de Claye-Souilly présente

# Rendez-vous avec nos CHOEURS

**Du 8 au 10 mars 2024**  
**Espace André Malraux**

|           |  |
|-----------|--|
| VEN<br>8  | <b>Ensemble Vocal Horizons</b><br>20h30<br>Entrée libre  |
| SAM<br>9  | <b>Chœur Résonance</b><br>Avec l'orchestre d'harmonie de Mitry-Mory<br>20h30<br>Tarif : 12 € - Gratuit pour les - 12 ans |
| DIM<br>10 | <b>Chœur Odysées</b><br>16h<br>Tarif : 12 € - Gratuit pour les - 12 ans  |

Ouverture des portes 30 minutes avant

SUIVEZ-NOUS  
www.claye-souilly.fr

seine-et-marne 77

VILLE de Claye Souilly

Le week-end du 8 au 10 mars 2024, plongez dans l'univers des chorales avec les représentations successives de nos trois associations locales talentueuses.

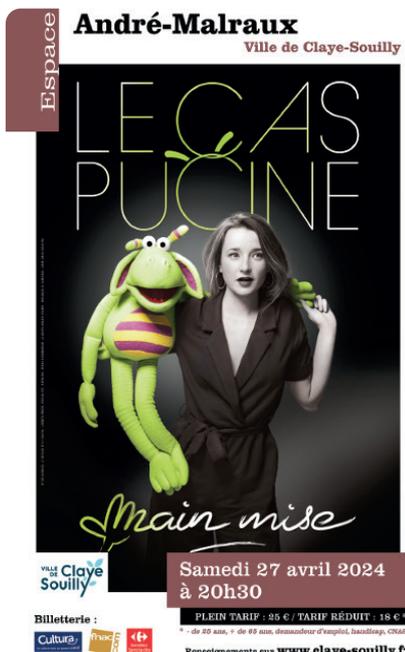
Retrouvez *Ensemble Vocal Horizons*, vendredi 8 mars à 20h30, suivi de *Chœur Résonance* le samedi 9 mars à 20h30. *Chœur Odysées* clôturera ce week-end musical, le dimanche 10 mars, à 16h.

Chaque concert promet d'offrir une expérience musicale incontournable pour tous les amateurs de chœurs.

**Lieu :** espace André-Malraux.

**Optez pour le service de transport à la demande pour vous conduire à l'espace André-Malraux, où deux pièces de théâtre captivantes vous attendent.**

## LE CAS PUCINE



À 22 ans, il y a chez Capucine un refus de passer à l'âge adulte et une glorification de l'enfance incarnée par l'imaginaire comme seule voie de liberté. C'est non sans écueils qu'Eliott, son bras droit, se décide à pousser Capucine dans ses retranchements à coup d'expériences, de provocations et, malgré tout, de tendresse. Un spectacle d'humour frais et novateur dans lequel la poésie, les performances et les rires s'entremêlent pour un moment fort en émotions.

**Lieu :** espace André Malraux.

**Date :** samedi 27 avril 2024.

**Horaire :** 20h30.

**Tarifs :** plein tarif : 25€ - tarif réduit\* : 18€.

\*- de 25 ans, + de 65 ans, demandeur d'emploi, handicap, CNAS

**Inscriptions :** sur place ou par mail :

[espacemalraux@claye-souilly.fr](mailto:espacemalraux@claye-souilly.fr)

## CAFÉ CRIME : VENGEANCE À LA GRECQUE



Une comédie policière... un meurtre... LE DÉTECTIVE C'EST VOUS !

Au cours d'une croisière aux larges des Cyclades, les estivants assistent à une magnifique tragédie grecque. Mais le mort n'est pas celui prévu dans la pièce et ne se relève pas au moment des saluts. Découvrez -vous parmi les 4 suspects qui a « mortellement » réécrit le scénario de la pièce ?

**Lieu :** espace André-Malraux.

**Date :** samedi 4 mai 2024.

**Horaire :** 20h30.

**Tarifs :** plein tarif : 25€ - tarif réduit\* : 18€.

\*- de 25 ans, + de 65 ans, demandeur d'emploi, handicap, CNAS

**Inscriptions :** sur place ou par mail :

[espacemalraux@claye-souilly.fr](mailto:espacemalraux@claye-souilly.fr)

**Inscrivez-vous !**



# CCAS

Centre Communal d'Action Sociale

## Adresse et Contact :

Mairie de Claye-Souilly  
1, Allée André-Benoist  
77410 Claye-Souilly

Tel : 01 60 26 92 04/05  
Mail : [social@claye-souilly.fr](mailto:social@claye-souilly.fr)

## Horaires :

Lundi : 8h30-12h / 13h30-17h30  
Mardi : 8h30-12h / 13h30-17h30  
Mecredi : 8h30-12h / 13h30-17h30  
Jeudi : 13h30-17h30  
Vendredi : 8h30-12h / 13h30-17h

### **SUR RDV**

(sauf les lundis et jeudis après-midi)

POUR TOUTES LES SORTIES N'OUBLIEZ PAS QUE LE TRANSPORT  
À LA DEMANDE PEUT VOUS ACCOMPAGNER.