



Édition
spéciale séniors

Séniors, à vos agendas !

Tout au long du dernier trimestre de cette année 2020, le CCAS de la Ville de Mandres-les-Roses vous propose divers évènements... il y en aura pour tous les goûts.
Venez nombreux !

Le CCAS vous accueille du lundi au vendredi de 8h45 à 12h
et de 14h à 17h30
Les mercredis et les samedis de 8h45 à 12h

RENSEIGNEMENTS - INSCRIPTIONS - DEMANDE DE RENDEZ-VOUS

Téléphone : 01 45 98 74 31

Mail : ccas@ville-mandres-les-roses.fr

Adresse : Ferme de Monsieur,

La Plume

EDITO

Chères Mandrionnes, chers Mandrions,

Cette rentrée se réalise dans un contexte de crise sanitaire inédit jusqu'alors. Cette situation ne peut que renforcer le CCAS dans son rôle et ses missions. Aussi, je peux vous assurer que l'équipe renouvelée depuis les dernières élections municipales de la commune, est déterminée à accompagner au mieux les plus âgés et les plus fragiles d'entre nous, les aider à surmonter les difficultés, et leur proposer des activités multiples et variées que vous découvrirez dans cette plume. Prenez soin de vous et continuez à vous protéger en appliquant les gestes barrières.

Je vous souhaite à toutes et tous une excellente rentrée,

Yves THOREAU
Maire de Mandres-les-Roses,
Président du CCAS



votre
timbre
ici

Mairie de Mandres-les-Roses
Centre Communal d'Action Sociale

4 Rue du Général Leclerc
94520 Mandres-Les-Roses

OCTOBRE

**TOUS
LES JEUDIS
DE 10H30
À 11H30**

**SALLE
BERGERIE**

Reprise de l'atelier équilibre en mouvements

Suite à la pandémie du COVID-19, l'atelier avait été suspendu dès le 16 mars 2020. Les séances ont repris le jeudi 17 septembre 2020 avec les personnes ayant commencé l'atelier en début d'année. Ces séances de gym douce visent à entretenir sa tonicité, améliorer sa souplesse, et adopter les bons gestes au quotidien. Elles se tiendront jusqu'au 1er juillet 2021. Si vous souhaitez y participer il reste quelques places.

⇒ **Inscriptions auprès du CCAS.**



**VENDREDI
30 OCTOBRE
DE 14H30
À 15H30
ET DE 16H
À 17H**

**SALLE
BERGERIE**

Spectacle piano et chant

Odyssée Art propose un spectacle interactif de chant et de musique. Les plus belles musiques seront notamment jouées au piano.

⇒ **Deux groupes de 8 personnes**
⇒ **Inscriptions auprès du CCAS.**



OCTOBRE & NOVEMBRE

**LES JEUDIS
8, 15 ET 22
OCTOBRE
LES JEUDIS
5, 12 ET 19
NOVEMBRE
DE 14H45
À 15H45
SALLE
BERGERIE**

Atelier danse / improvisations

Le CCAS propose aux retraités mandrions de se retrouver pour un atelier danse et improvisations avec l'association Odyssée Art. Des exercices pour diminuer les douleurs musculaires et mieux connaître son corps seront proposés.

⇒ **Deux groupes de 8 personnes**
⇒ **Inscriptions obligatoires**



**LES JEUDIS
8, 15 ET 22
OCTOBRE
LES JEUDIS
5, 12 ET 19
NOVEMBRE
DE 16H00
À 17H00**

Atelier Yoga / Relaxation

Toujours les jeudis en fin d'après-midi, venez faire du yoga avec Odyssée Art. L'atelier aura lieu également dans la salle de la Bergerie.

⇒ **Deux groupes de 8 personnes**
⇒ **Inscriptions obligatoires**



NOVEMBRE

**VENDREDI
20 NOVEMBRE
DE 14H30
À 15H30
ET DE 16H
À 17H
SALLE
BERGERIE**

Spectacle théâtre et poésie

Ce spectacle sera accompagné de musique classique qui permettra au public de voyager dans les siècles par le rythme, l'harmonie et la musique.

⇒ **Deux groupes de 15 personnes**
⇒ **Inscriptions auprès du CCAS.**



**DU 23 AU
27 NOVEMBRE
DE 14H00
À 17H00
SALLE
BERGERIE**

Coffret gourmand

Exceptionnellement et suite aux contraintes sanitaires, le banquet ne peut avoir lieu avoir lieu comme les années précédentes. Le Centre Communal d'Action Sociale et la Municipalité ont le plaisir d'offrir à la place aux Mandrions âgés de 68 ans et plus, un coffret gourmand.

⇒ **Inscriptions auprès du CCAS**



DÉCEMBRE

**DU
14 AU 17
DÉCEMBRE
DE 14H00
À 17H00
SALLE
D'ORLÉANS**

Remise des chocolats et Goûter (sous réserve des contraintes sanitaires)

À l'occasion des fêtes de fin d'année, Monsieur Le Maire et les Administrateurs du CCAS offriront un ballotin de chocolats aux Mandrions de plus de 70 ans.



COUPON RÉPONSE COFFRET GOURMAND & CHOCOLATS

À RETOURNER IMPÉRATIVEMENT AVANT LE 20 OCTOBRE 2020

Monsieur : Madame :
Date de naissance : Date de naissance :
Adresse : Adresse :
N° de téléphone : N° de téléphone :
E-mail : E-mail :

COFFRET GOURMAND

Réservation pour :

- j'ai / nous avons plus de 68 ans
 1 coffret Gourmand
 2 coffrets Gourmands

Distribution dans la Salle de la Bergerie de 14h à 17h du 23 au 27 novembre 2020.

CHOCOLATS

J'ai (nous avons) plus de 70 ans :

- 1 ballotin de chocolats
 2 ballotins de chocolats

Distribution dans la salle d'Orléans du lundi 14 au jeudi 17 décembre, de 14h à 17h