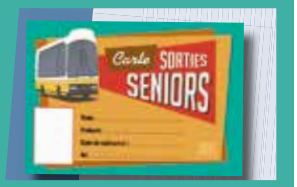
Septembre - déc 2019

PROGRAMME SENIORS

TOUTES VOS SORTIES

Exposition «Wildlife photographer of the year»

©Isak Pretorius



LA CARTE SORTIES SENIORS 2019

Cette carte vous donne accès à cinq sorties en demi-journée et deux sorties à la journée, à répartir sur l'année.

À savoir : l'inscription à une ou plusieurs sorties n'exclut pas la possibilité de s'inscrire sur liste d'attente pour les autres sorties.

Pour l'obtenir, présentez-vous,
aux permanences munis des documents suivants:

- une photo d'identité
- une pièce d'identité
- un justificatif de domicile
- Les sorties 2018 ne sont pas cumulables avec la carte 2019

CLUB SOLEIL

- 22 rue Guynemer

Activités de détente et loisirs (jeux de société, lotos, repas à thème, etc.)
Les lundis et jeudis après-midi
Tél. 02 35 81 99 85

MÉDIATHÈQUE MUNICIPALE

- portage de livre à domicile sur demande des personnes qui rencontrent des difficultés à se déplacer.

Médiathèque, 5 rue Michelet Tél. 02 35 77 73 00

MAINTIEN À DOMICILE

Assistance aux personnes âgées et handicapées, aide à la toilette, au lever, au coucher, aux courses, à l'entretien du logement et à la préparation des repas.
Tél. 02 35 81 06 97

TRANSPORT ACCOMPAGNE

Pour des déplacements médicaux et banque en toute sécurité sur Elbeuf et son agglomération
Véronique Pecquet
Tél. 06 87 69 66 31

RÉSIDENCE DU SUD

- 13 et 15 rue du Sud

Tél. 02 35 78 35 92
80 logements indépendants pour les personnes autonomes : F2 ou F1 bis. Aide personnalisée au logement possible.

ANIM'ACTION

Association de loisirs (30 activités : arts, randonnées, sports, sorties, langues...)
2 rue du Pasteur Roehrich
Tél. 02 76 68 31 31
Mail :
contact@animaction.club

CLIC REPÈR'ÂGE

Accueil, écoute, information, conseils et soutien aux personnes agées et à leur famille.
6 rue des Droits de l'enfant
Tél. 02 35 78 90 90
clicreperage@gmail.com

THÉÂTRE DES BAINS DOUCHES

17 rue Chennevière

- Contact Ville :

02 32 96 99 22
www.mairie-elbeuf.fr

FABRIQUE DES SAVOIRS

7 cours Gambetta
Tél. 02 32 96 30 40
http://lafabriquedessavoirs.fr

RÉGIE D'ÉLECTRICITÉ D'ELBEUF

1 rue du 1er mai
Tél. 02 35 87 30 30
contact@ree-elbeuf.com
Dépannage 24h/24 :
02 35 87 30 31

POMPES FUNÈBRES MUNICIPALES

28 rue du 1er mai
Tél. 02 35 78 97 97
24h/24h et 7 jours sur 7
06 14 57 12 56

SERVICES AUX SENIORS

CCAS

72 rue Guynemer
76500 Elbeuf sur Seine

Téléphone :
02 35 81 06 97

HORAIRES D'OUVERTURE

Du lundi au jeudi :
8h30 à 12h15
13h15 à 17h00

Le vendredi :
8h30 à 12h15
13h15 à 16h30

Pour contacter la rédaction
Directeur de la publication : Djoudé Merabet
Rédaction et mise en page : Sarah Bourget, conception graphique : Hélène Romon
Service communication Ville d'Elbeuf sur Seine.
Impression : IRS - Dépôt légal à parution
Crédits photos : Service communication

Contributeurs :
Mélanie Bourdon et Sandra Matsima pour le pôle seniors du centre communal d'action social, Catherine Mahler pour le service culture de la Ville. Également, l'équipe du Clic'Reper'âge et l'association Anim'Action. Et le Cinéma Grand Mercure à la selection du programme ciné d'or.

ÉDITO

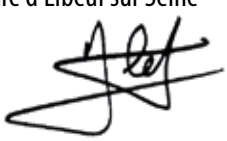
MADAME, MONSIEUR,

En cette rentrée scolaire, il est temps de penser à vos sorties ! Dans ce nouveau numéro du programme Seniors, une foule d'animations vous attend pour ce dernier trimestre. Mais aussi des conseils de santé et des outils pour vous faire livrer vos courses, à découvrir au fil des pages. Sans oublier les retours en image desquels, je le sais, vous êtes particulièrement friands. N'hésitez donc pas à partager ce support qui se trouve aussi sur le site de la ville.

En attendant, je vous souhaite une bonne lecture et vous retrouve vite à notre rendez-vous de l'Ours Noir ou encore au banquet de fin d'année.

Bonne lecture et bel été.

Djoudé MERABET
Maire d'Elbeuf sur Seine



SOMMAIRE

RETOUR SUR EN PHOTOS P.4-5

SORTIES SENIORS P.6-11

HABITAT P.12

ACTUALITÉS P.13-17

Participation des habitants
Semaine bleue
Tranquillité seniors
Vu dans la presse
Agenda municipal

SANTÉ P.18-19

SEINE D'ÉTÉ

Monsieur HENNION, président de l'association Anim'Action et toute son équipe de bénévoles, étaient à l'œuvre lors de Seine d'Eté sur le champ de Foire. Une belle semaine festive avec au programme : jeux de plein air, spectacles, ateliers créatifs, feu d'artifice… et l'espace restauration pour déguster les frites d'Anim'Action !

SORTIE À L'ARMADA

Lors de cette nouvelle édition de l'Armada de Rouen, les baskets étaient de rigueur pour parcourir les 7kms des quais, à la découverte des navires d'exception comme l'Hermione ou les trois plus longs voiliers du monde : le Mir, le Kruzenstern et le Sedov.

YAPADAGE AU JARDIN

Les enfants de la crèche du grain de sable sont venus ramasser le fruit des plantations effectuées par les résidents du Sud au printemps dernier : toujours de très beaux moments de tendresse après une année d'échanges. Les plus grands vont prendre le chemin de l'école à la rentrée de septembre.

VISITE DE LA VILLA STRASS-BURGER

Avant de se balader sur les mythiques planches de Deauville, le groupe de seniors a pu découvrir la magnifique villa Strassburger, imposante demeure à l'architecture pittoresque commandée par le Baron de Rothschild : une très belle découverte !

FÊTE DES VOISINS

Monsieur le Maire est venu saluer la résidence du Sud et ses voisins lors d'un dîner partage toujours très convivial. Ce moment phare est très attendu chaque année. La fête des voisins est aussi organisée dans plusieurs quartiers de la ville.

HABILLER BLIN : AVANCÉES DU PROJET TEXTILE

Un groupe de seniors a travaillé avec les enfants du centre de loisirs du Buquet sur la réalisation textile qui habillera le quartier Blin à partir du 21 septembre 2019 : rendez-vous aux Journées du Patrimoine pour admirer la nouvelle création collective et participative !

©DR

LES INSCRIPTIONS SENIORS

Pour rappel, les inscriptions pour le programme des sorties ont lieu les mercredis, jeudis et vendredis après-midi de 14h à 16h30 au CCAS.

- **au CCAS**

72 rue Guynemer

©conception graphique de playground paris

LES JOURNÉES EUROPÉENNES DU PATRIMOINE

- **Les samedi 21 et dimanche 22 septembre**

Voir programme complet dans l'agenda culturel et dans ElbeufMag septembre.

Samedi 21 septembre :

• **Vernissage du projet** « Habiller BLIN », square des Tisserands, quartier Blin, à 14h30.

• **Fête intergénérationnelle et conviviale** au jardin La ruche (jeux traditionnels en bois, loto, déambulation musicale, stand gourmand...), à partir de 14h.

Dimanche 22 septembre :

• **Visite des chaudières de l'ancienne usine Fraenckel-Herzog**, de 14h à 17h.

• **Ouverture des ateliers de la résidence d'artistes** avec les Plastiqueurs, à l'ancienne usine Fraenckel-Herzog.

VISITE DU DOMAINE DE MERVAL

Situé en plein cœur du pays de Bray, le domaine de Merval abrite un château classé datant du 17ème siècle, accueillant aujourd'hui un lycée agricole professionnel. Vous découvrirez un troupeau de 80 vaches normandes, une fromagerie (Neufchâtel) et une cidrerie ainsi que ses secrets de distillation et de vieillissement du Calvados ou du Pommeau de Normandie. La visite se terminera par une dégustation, sans oublier de faire un petit tour par la boutique, de quoi éveiller les papilles gustatives !

©DR

Jeudi 3 octobre :

Départ en car à 13h, place de l'hôtel de ville, retour en fin d'après-midi.
Inscriptions obligatoires auprès du CCAS à compter du mercredi 18 septembre

---

DANS LE CADRE DE LA SEMAINE BLEUE

(Programme complet disponible au CCAS et au CLIC REPER'AGE)

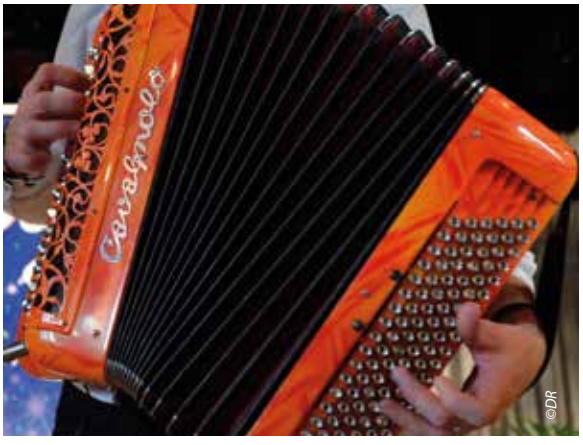
©Freepick

KARAOKE (VOIR P.14)

Jeudi 10 octobre
À partir de 14h

À la « Structure », 61 cours Carnot
Inscription obligatoire au Clic Reper'Age :
02 35 78 90 90

THE DANSANT ANIMÉ PAR D. CORDEMANS – ACCORDÉONISTE.


©DR

Vendredi 11 octobre
De 14h à 18h

Salle Franklin Entrée libre

VISITE DE L'EXPOSITION « WILDLIFE PHOTOGRAPHER OF THE YEAR »

Une mise en scène inédite pour une exposition XXL ! Wildlife Photographer of the Year (WPY) : résultat du plus prestigieux concours de photographes de nature au monde depuis plus de 50 ans, présenté sous un format unique en France par plus de cent panneaux rétroéclairés présentant les plus belles photographies.

Disponible dans deux des musées de la métropole Rouen Normandie : le Muséum d'Histoire Naturelle de Rouen et la Fabrique des Savoirs à Elbeuf !
L'objectif des photographes a été de capturer le reflet de la nature originelle et l'essence des animaux. Découvrez la beauté de notre planète et du monde naturel comme vous l'avez rarement vu.

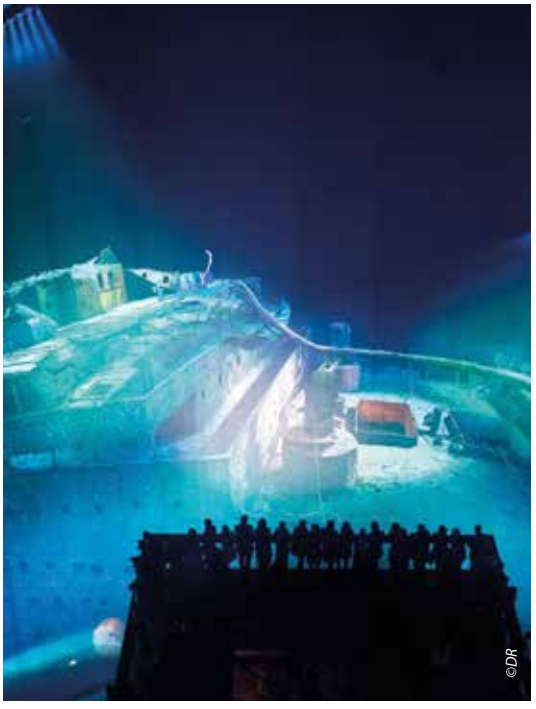
• Jeudi 17 octobre :

RDV à 15h à la Fabrique des savoirs

Inscriptions obligatoires auprès du CCAS à compter du mercredi 25 septembre

---

LE TITANIC - PANORAMA XXL



Venez découvrir l'épave du bateau le plus tragiquement célèbre du XXè siècle, à 3 800 mètres de profondeur. Cette nouvelle œuvre de l'artiste Yadegar Asisi aborde le naufrage de « l'insubmersible », pour mettre en lumière la course au progrès lancée en ce début de siècle et son revers tragique. Complétée par des effets de lumières et une bande sonore originale, l'expérience est inédite et propose un autre rapport à l'image.

• Jeudi 24 octobre :

Départ en car à 13h30, place de l'hôtel de ville, retour en fin d'après-midi.

Inscriptions obligatoires auprès du CCAS à compter du mercredi 2 octobre

EXPOSITION 71ÈME SALON D'AUTOMNE

Le Salon offre à notre regard 150 œuvres, peintures et sculptures. Deux invités d'honneur :
Isabelle Malmezat (peintre) et Alain Triballeau (sculpteur). Isabelle Malmezat propose une invitation au voyage dans son monde intérieur, une peinture forte et poétique. Ces paysages nous rappellent notre bien commun : la Terre. Alain Triballeau s'attache, quant à lui, à tisser le lien entre sa pratique de la méditation Zen et celle du Raku (céramiques émaillées).

• Mercredi 6 novembre

Rendez-vous à la salle Franklin à 14h30

Inscriptions obligatoires auprès du CCAS à compter du mercredi 9 octobre

---

SPECTACLE A LA PÉNICHE « HOMMAGE À BOURVIL »

AVEC YANNICK DUMONT

• Jeudi 14 novembre

Rendez-vous à la Péniche à 14h30

Inscriptions obligatoires auprès du CCAS à compter du mercredi 16 octobre

Au cours de ce spectacle, vous aurez le plaisir de vous retrouver au music-hall et serez plongés dans l'univers de Bourvil à travers ses chansons et monologues. Yannick Dumont reprend l'ensemble de l'œuvre de l'artiste, dans un show plein de tendresse et d'humour. Un Bourvil plus vrai que nature !

VISITE DU CHOCOLATRIUM MANUFACTURE CLUIZEL À DAMVILLE

Vous découvrirez la passionnante aventure du cacao et du chocolat. Textes, photographies, objets, machines sont des souvenirs de cette histoire qui a traversé les siècles et les océans. Sous vos yeux, des professionnels élaboreront des chocolats en reproduisant les gestes traditionnels du métier. Dans une salle confortable de 70 places, vous découvrirez, au travers de cette entreprise familiale, un parcours animé, de la fève de cacao jusqu'aux chocolats d'exception.

Jeudi 28 novembre :

Départ en car à 13h, place de l'hôtel de ville, retour en fin d'après-midi.

Inscriptions obligatoires auprès du CCAS à compter du mercredi 23 octobre

---

BALADE AU MARCHE DE NOËL DE ROUEN

Les fêtes de Noël approchent : allez flâner au marché de Noël, place de la cathédrale à Rouen et vous émerveiller devant les différents chalets !

Jeudi 5 décembre :

Départ en car à 13h, place de l'hôtel de ville, retour en fin d'après-midi.

Inscriptions obligatoires auprès du CCAS à compter du mercredi 30 octobre

Pour les personnes à la retraite et âgées de plus de 65 ans :

DISTRIBUTION DES COLIS DES SENIORS

Le Lundi 9 décembre

Un transport accompagné peut être assuré par le CCAS, sur demande au moment de l'inscription.

OU

BANQUETS DES SENIORS

Les mercredis 4 et 11 décembre

Inscriptions obligatoires pour les colis et les banquets au mois de novembre :
- les mercredis 6-13-20
- les jeudis 7-14-21
- les vendredis 8-15-22
de 14h à 16h30, à la salle des Arcades en mairie

Pièces justificatives : carte d'identité et justificatif de domicile

CINÉ D'OR

LE CINÉMA DES SENIORS 2019

Une fois par mois (le lundi à 14h15) découvrez un film particulièrement destiné aux seniors, en partenariat avec la ville d'Elbeuf sur Seine et au tarif très attractif de 2,50€ la séance pour tous. Rendez-vous dans la grande salle située au rez-de-chaussée du cinéma Grand Mercure, accessible aux personnes à mobilité réduite et niveau sonore adapté.

L'INCROYABLE HISTOIRE DU FACTEUR CHEVAL

film de Nils Tavernier

Lundi 7 octobre

SAUVER OU PERIR

film de Frédéric Tellier

Lundi 4 novembre

PUPILLE

film de Jeanne Herry

Lundi 2 décembre

Toutes les séances débutent à 14 h 15 dans la grande salle située au rez-de-chaussée du cinéma Grand Mercure.

Une programmation spéciale **art et essai** **en version originale (sous-titrée)** pour découvrir les films d'ici et d'ailleurs à un tarif préférentiel pour tout le programme est diffusé toutes les 6 semaines. Vous pouvez le trouver dans tous les accueils publics, dans les commerces ou le visualiser sur **www.noecinemas.com**

FAIRE SES COURSES LES LIVREURS D'ELBEUF

Sans véhicule ou pour des raisons de santé, il peut devenir difficile de se rendre dans un magasin pour acheter des produits de consommation courante. Outre les habitants solidaires dans certains quartiers qui offrent d'aller chercher les gros volumes au drive, plusieurs solutions en ville existent. Voici les conseils et bonnes adresses.

DES SUPÉRETTES DE PROXIMITÉ LIVRENT SUR DEMANDE.

CARREFOUR CITY

Deux solutions : par téléphone, énoncez votre liste de courses ou bien rendez-vous sur place pour faire vos emplettes avec votre caddie. Celui-ci est mis en chambre froide et vous est livré sur rendez-vous.

Livraison possible les mardis, jeudis et les dimanches jusqu'à 13h15.

41 rue de la République / Tél. 02 35 78 07 82

COCCIMARKET

Le gérant indique qu'il faut passer au magasin. Sélectionnez les produits que vous souhaitez, vous êtes livré dans la foulée. Un service non disponible le lundi et le vendredi.

69 rue des Martyrs

MDS DESTOCKAGE (SURGELÉS)

Ce commerce propose des produits de grande consommation à des prix réduits (gros volumes, lessives, produits d'hygiène). La livraison est gratuite à partir de 60 euros d'achat, dans toute l'agglomération. Modalités à convenir sur place.

34 rue de la République

©Adobe stock

COURSES & MOI

Cette jeune entreprise représentée par Harouna N'Gaide propose aux habitants du territoire métropolitain de recevoir automatiquement leurs produits du quotidien à la fréquence de leur choix et là où ils le souhaitent.

Livraison intelligente : un grand choix de produits en ligne ou sur catalogue papier. La livraison peut être automatisée à la fréquence voulue. Plus de 200 produits d'alimentation longue conservation (café, lait, pâtes, eau...), de beauté, bébé, d'hygiène… sont disponibles.

Harouna s'est attaché à développer des partenariats avec des structures locales telles que les CCAS (Elbeuf, Saint-Pierre, Caudebec, Rouen…) ou des associations d'entraide comme le Clic Repèr'âge. Le but est de rendre le « bien vieillir à domicile » à la portée de tous et de réduire l'isolement.

Après les chaleurs de l'été et les dépannages en bouteille d'eau, le jeune entrepreneur a développé une activité *mesparentsetmoi* : un réseau d'assistants de convivialité.

www.coursesetmoi.com/mesparentsetmoi/

PARTICIPATION DES HABITANTS : 2 PROJETS À DÉCOUVRIR

Vous êtes nombreux à vous engager dans des actions participatives qui visent l'intérêt général et la convivialité. C'est une chance d'avoir sur notre territoire des personnes dynamiques qui s'impliquent pour créer du lien entre les générations.

On vous en a parlé dans le numéro précédent, lors de sa préparation : *voici la fête du jardin La ruche* organisée par Anne-Marie, Chantal et leur équipe de choc ! Soigneusement préparée depuis près d'un an, chacun pourra donc découvrir le programme d'animations et par la même occasion, ce jardin ouvert au public depuis 2017, petit coin de verdure très agréable sur le Cours Carnot.

À ne pas manquer !

21 SEPTEMBRE
14h 18h

Jardin public la Ruche, Cours Carnot

Fête au jardin la Ruche

Fête intergénérationnelle et conviviale

Venez nombreux,
en famille, entre amis,
vous amuser!

Découverte du jardin partagé
Jeux anciens
Fanfare "la Fanfaronne du Grabuge"
Stand gourmand...

COP21

FAITES VOS JEUX !

Madame Lejet, Elbeuvienne, propose de se retrouver un vendredi par mois pour jouer.

Vous aimez jouer ? Ce rendez-vous est fait pour vous !

Jeux de cartes, scrabble ou encore triominos sont au programme pour passer un moment où Jovialité, Échanges et Unions seront les maîtres mots…

En partenariat avec la ludothèque (tout public)

Prochaines séances :
11 octobre, 8 novembre, 13 décembre

ET DÈS LA RENTRÉE, VOUS POURREZ PARTICIPER AU PROCHAIN PROGRAMME DE SORTIES !

Sélectionnez vos sorties, choisissez les lieux à visiter, partagez vos coups de coeur pour préparer le programme Janvier-Avril 2020. Une nouvelle expérience participative ouverte à tous ceux qui le souhaitent.

Pour tout renseignement, contacter C. Mahler au 02 32 96 50 40

SEMAINE BLEUE À ELBEUF : ET MAINTENANT CHANTONS !

Que l'on soit aguerri ou novice, le micro sera ouvert à tous lors de ce premier karaoké organisé par votre animatrice Seniors et par les animatrices des différents établissements médicalisés. Ce partenariat avec les résidences la Source, la Ruche et Lecallier-Leriche se veut avant tout illustratif du travail qui est mené tout au long de l'année sur le territoire elbeuvien, pour créer du lien entre les générations, entre les jeunes retraités et les plus âgés, entre les jeunes gens et les seniors. C'est pourquoi cet événement aura lieu à la plateforme jeunesse, située au 61 Cours Carnot, lieu qui accompagne habituellement les 16-25 ans sur le plan socio-éducatif, en matière de loisirs, d'accès à l'information et de prévention générale. Qui sait, peut-être que des duos inattendus verront le jour sur les airs d'hier et d'aujourd'hui ! Les élèves de l'école Condorcet devraient également se joindre à la fête, nous leur avons proposé de préparer quelques chansons pour accompagner les seniors.

Ces rencontres intergénérationnelles participent largement au changement de regard que nous portons les uns sur les autres. Le chant et la musique sont une belle opportunité pour inventer une nouvelle manière de penser les âges, de construire une société pour toutes les générations.

Rendez-vous le jeudi 10 octobre à partir de 14h
Plateforme Jeunesse, 61 Cours Carnot

Inscription obligatoire auprès du CLIC Reper'Age à compter du 10 septembre (02.35.78.90.90)

TRANQUILLITÉ SENIORS

Une opération menée depuis plus de dix années par la police nationale, en partenariat avec la police municipale et le CCAS, et pleinement investie par une citoyenne volontaire engagée bénévolement. Rencontre avec les personnes en charge du dispositif.

©DR

Monsieur Clément, chef de groupe de sécurité de proximité nous accueille en exposant le principe de cette action de suivi : « *Au départ, il s'agissait d'agir en prévention sur les démarchages frauduleux et autres abus de confiance que peuvent rencontrer les personnes âgées. Dans un tel cas, il fallait pouvoir doter ces personnes de conseils et de mesures à prendre pour répondre et être alertées. Dès la mise en place des inscriptions, nous avons rapidement pris conscience que ce sont les personnes isolées, sans famille à proximité qui avaient le plus besoin de soutien.*»

Marie-France Baron est rapidement entrée dans le dispositif. Cette citoyenne volontaire (aujourd'hui «réserve civile») a postulé puis passé des entretiens pour obtenir cette place lui permettant de construire et de garder le lien avec les personnes inscrites. « *J'appelle très régulièrement les seniors pour prendre des nouvelles, tenter de savoir s'ils n'ont pas fait l'objet d'arnaques. Je les connais tous, s'ils ne répondent pas au téléphone, je me déplace pour voir si tout va bien* ». En discutant, Madame Baron décèle certaines détresses, des problèmes administratifs ou financiers, soupçonne des maladies... Et elle peut faire le lien avec les acteurs sociaux du territoire, notamment le Clic Reper'âge et le CCAS pour une prise en charge adaptée.

« *La police ne peut pas aller si loin* », nous explique Linda Lecornec, brigadier référent de l'opération et troisième membre de l'équipe de choc. « *J'interviens au départ, lorsqu'une personne s'inscrit. C'est une démarche volontaire, on ne peut pas aller voir les gens sans qu'ils se soient inscrits. Mon uniforme rassure, je prends note de l'objet de la déclaration et je présente Madame Baron pour qu'elle puisse être identifiée. Avec Monsieur Clément, nous assurons le suivi et nous chargeons de l'enquête et des recours auprès des instances judiciaires.* »

Des rôles bien répartis qui permettent d'offrir aux usagers une écoute et un suivi continu.

Depuis le démarrage, près de 100 personnes ont fait l'objet de cet accompagnement. Aujourd'hui, 45 sont inscrites depuis plusieurs années.

L'inscription sur le fichier doit faire l'objet d'une démarche. Quelques questions seront posées de manière à cerner le besoin et les attentes de la personne.
Une fois inscrit sur le fichier, le numéro d'appel de l'usager devient prioritaire. Lorsqu'il appelle la police en cas de détresse, il passe sur une ligne rouge qui déclenche une intervention rapide.

Pour tout renseignement, contacter le CCAS ou le commissariat d'Elbeuf : 02 35 81 76 99

VU SUR LE NET :

tendanceOUEST

Publié le 4 juin 2019 à 18h01
Par Aurélien Delavaud

ELBEUF : POUR LES SENIORS, IL VEUT CRÉER «LE BLABLACAR DU TRAIN»

Jeune entrepreneur elbeuvien (Seine-Maritime), Hamedine Sall développe CS-Lane, un service de mise en relation pour trouver des accompagnateurs aux seniors usagers du train.

Hamedine Sall veut proposer une solution aux seniors qui voyagent seuls en train

Il a eu la révélation lors d'un voyage professionnel vers Troyes, à l'été 2018. En gare de Rouen (Seine-Maritime), Hamedine Sall fait la connaissance d'une femme âgée qui peine à porter sa valise jusqu'au quai. Dans le train pour Paris, le jeune elbeuvien de 24 ans poursuit la discussion avec cette dame, qui lui confie qu'elle a peur de se rendre seule jusqu'à la gare de l'Est, de l'autre côté de la capitale. « C'est là que je me suis dit qu'il était temps de faire quelque chose pour nos aînés », explique celui qui a créé CS-Lane dans la foulée.

METTRE EN LIEN DES ÉTUDIANTS ET DES SENIORS

En tant qu'étudiant entrepreneur, il a donc décidé de créer cette plateforme de mise en relation entre des étudiants et des personnes âgées qui feraient le même trajet. Encore en développement, elle devrait

voir le jour par téléphone et via une application pour s'adapter à tous les publics. «Pour caricaturer un peu, c'est un Blablacar du train», résume Hamedine Sall. Contre une prise en charge d'une partie du prix de leur billet, des étudiants pourront donc venir en aide à des personnes âgées.

Hamedine Sall profite de cette initiative pour partager les valeurs avec lesquelles il a été éduqué. Et ce jeune étudiant en sciences de l'éducation en est récompensé, puisqu'il participe à de nombreux concours pour faire parler de CS-Lane au-delà des frontières de la Normandie.

Anniversaire 150 ans de Gym à Elbeuf
Gymnase Lepennec
sam. 07 sept. 2019, 10h

Inauguration Elbeuf sur Fête
Rue de la République
dim. 08 sept. 2019, 11h

Facebook Live
Salle Poussin
jeu. 12 sept. 2019, 18h30

Réunion sur place
exclusivement pour les riverains de la rue Guérot
Rue Guérot (angle rue du Neubourg)
jeu. 19 sept. 2019, 17h30

Réunion Anim'Action
Bien vivre sa retraite à Elbeuf
2 rue du Pasteur Roehrich
ven. 20 sept. 2019, 14h30

Vernissage exposition photographique de Mme Molero
(friches industrielles d'Elbeuf)
Médiathèque municipale
ven. 20 sept. 2019, 18h

Café voisin locataires
Place Mendès France
sam. 21 sept. 2019, 10h

Conseil d'Administration du CCAS
Club Soleil
ven. 27 sept. 2019, 18h

Balade Urbaine
Le Buquet
sam. 28 sept. 2019, 9h30

Cérémonie médaillés et retraités ville et CCAS
Salle des fêtes, HDV Elbeuf
mar. 01 oct. 2019, 18h

CONSEIL MUNICIPAL
Salle des Actes
ven. 04 oct. 2019, 18h30

Cérémonie bacheliers et collégiens
Mairie d'Elbeuf
mar. 08 oct. 2019, 17h30

Balade urbaine
Cours Carnot et rues adjacentes
1ère partie
sam. 19 oct. 2019, 9h30

Foulées de Tel est ton Défi
La Londe
dim. 27 oct. 2019, 9h

Inauguration Salon d'Automne
Salle Franklin
sam. 02 nov. 2019, 16h30

Balade urbaine
Cours Carnot et rues adjacentes 2ème partie
sam. 09 nov. 2019, 09h30

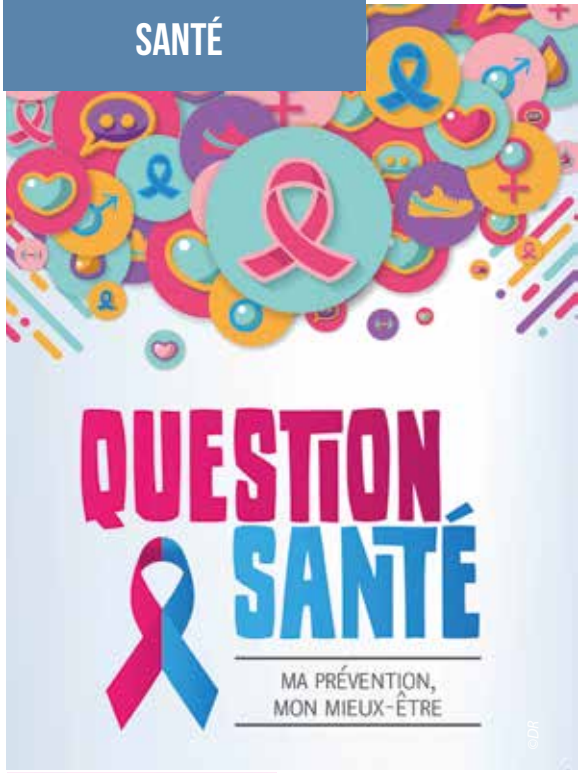
Plantations Nouveaux Nés
Gymnase la Cerisaie
sam. 23 nov. 2019, 11h

Remise des prix du concours des maisons fleuries
Salle des fêtes
mar. 26 nov. 2019, 18h

CONSEIL MUNICIPAL
Salle des Actes
jeu. 28 nov. 2019, 18h30

Cérémonie des Médaillés Elbeuviens du travail
Mairie d'Elbeuf
mar. 03 déc. 2019, 18h

Balade urbaine
Quartier Le Canoël
sam. 14 déc. 2019, 10h



LE FORUM « QUESTION SANTÉ »

Depuis quatre ans, l'Atelier Santé Ville, rattaché au CCAS d'Elbeuf, organise un forum dont l'objectif est de mieux accompagner la population à prendre soin de soi. Cette année, le forum se tiendra dans un lieu unique, le théâtre des Bains Douches, où se produira la compagnie « Six Pieds sur terre » avec son spectacle « A tout cœur ». Cette pièce abordera la question de l'alimentation et de l'activité physique, et sera suivie d'un temps de débat avec des professionnels de santé dont le Docteur BENHAMMOUDA, intervenant pour le centre de dépistage des cancers de Normandie.

Vous pourrez également venir vous informer auprès des nombreux partenaires présents qui vous proposeront différents ateliers :

- **Le pôle des thérapeutes avec un atelier bien-être et automassage.**
- **Centre social du Puchot autour de l'alimentation.**
- **La Métropole proposera un bar à eau et un atelier autour du composte.**
- **Le CSAPA pour les questions sur l'alcool.**
- **L'association La Passerelle sur la réduction des risques liés au tabac.**
- **Le service social du Centre Hospitalier des Feugrais pour toutes questions sur l'accès aux droits de santé.**
- **Le Comité Féminin 276 pour la lutte contre le cancer du sein.**

Infos pratiques :

03 octobre 2019

Horaires du forum 13h30 à 17h

Spectacle à 14h
Réservation jusqu'au sam. 28 sept. 2019, auprès du CCAS : 02 35 81 06 97

Théâtre des Bains Douches, 17 rue T. Chennevière

Inscription auprès de Salomé CASSE Coordinatrice de l'Atelier Santé Ville 02.35.81.06.97

DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN AVEZ-VOUS PENSÉ À FAIRE... UNE MAMMOGRAPHIE ?

Le cancer du sein est la forme de cancer la plus fréquente chez la femme en France. Par contre, le taux de mortalité est en continuelle diminution grâce aux progrès réalisés en matière de dépistage, de diagnostic et de traitement.

Si vous n'osez pas franchir le pas, le Centre Hospitalier des Feugrais et l'Atelier Santé Ville au CCAS peuvent vous proposer une visite pour en savoir plus sur la mammographie : démonstration et explications apportées par une manipulatrice en électro-radiologie.

Ces visites sont proposées aux femmes qui n'ont jamais réalisé de mammographie et qui ont entre 50 et 74 ans. Après la visite, il est possible de prendre un rendez-vous sur place pour réaliser un dépistage. Si vous avez entre 50 et 74 ans, vous recevez des courriers tous les 2 ans prenant en charge la totalité de cet examen médical.

OÙ EN ÊTES-VOUS AVEC LA GRIPPE ?

L'Epidémie de grippe touche chaque année, à l'automne et en hiver, entre 2 et 6 millions de personnes en France, les personnes les plus sensibles étant les plus de 65 ans. Alors stop aux idées-reçues !

« Si je dois l'avoir, de toute façon je l'attraperai ! » Il est vrai que la grippe est très contagieuse, principalement par les voies aériennes, à travers le contact rapproché avec une personne malade ou le contact avec des mains ou objets contaminés. Il est bon de savoir que la grippe se déclare sous 48h. Une personne adulte reste contagieuse 5 jours après les premiers symptômes, 7 jours pour un enfant. Si vous êtes contaminés, évitez donc au maximum les contacts avec l'extérieur.

« Une année, je me suis vacciné et j'ai tout de même attrapé la grippe ! » Il est vrai que la grippe est imprévisible et l'efficacité du vaccin est variable d'une année sur l'autre. La composition du vaccin est actualisée tous les ans en fonction des recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) et tient compte des virus qui sont le plus susceptibles de circuler pendant l'hiver. Mais la vaccination permet à la fois de réduire le risque d'être contaminé par la grippe et de limiter une aggravation de la maladie.

Que vous ayez été vacciné précédemment ou non, vous pouvez retirer votre vaccin à la pharmacie sur simple présentation du bon de prise en charge qui vous sera envoyé par la Caisse Primaire d'Assurance Maladie et vous faire vacciner par le professionnel de santé de votre choix : médecin, infirmier (sans prescription médicale préalable), pharmaciens participants à la campagne de vaccination.

Pour les personnes de 65 ans et plus et les personnes souffrant d'une maladie chronique, la vaccination vous est recommandée.

RÉUNION DES MUSÉES MÉTROPOLITAINS
RouenNORMANDIE

UNE MISE EN SCÈNE INÉDITE DES PLUS GRANDS PHOTOGRAPHES DE NATURE

27 JUIN • 20 OCTOBRE 2019

MUSÉUM D'HISTOIRE NATURELLE • **ROUEN**

FABRIQUE DES SAVOIRS • **ELBEUF**

museumderouen.fr / lafabriquedessavoirs.fr @RMM_Rouen

Wildlife Photographer of the Year is developed and produced by the Natural History Museum, London.

NATURAL HISTORY MUSEUM

métropole ROUENNORMANDIE