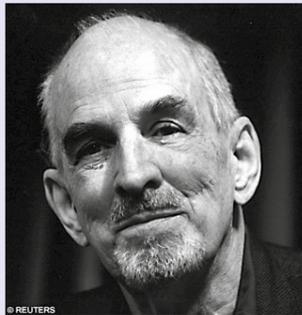


## À MÉDITER :



« La vieillesse est comparable à l'ascension d'une montagne. Plus vous montez, plus vous êtes fatigué et hors d'haleine, mais combien votre vision s'est élargie ! »

Ingmar Bergman

## Jeux de mots... croisés

Proposés par Philippe Marécaux, président du club de scrabble villeneuvois

Trouver une anagramme de chaque mot répondant à sa définition (et découvrez le mot caché...)

Exemple :

<b>VENIEL</b>	Remet à plat	N	I	V	E	L	E
<b>YPREAU</b>	Le conseiller ne l'est assurément pas						
<b>TONALE</b>	Maître de la reproduction						
<b>BRASAI</b>	Tendance des soldes						
<b>TIERCE</b>	Pas de quoi rire jaune, ma foi !						
<b>ERUCTA</b>	Nous fait souvent la comédie						
<b>TRIBAL</b>	Fidèle berger						

● Réponses dans le prochain numéro...

## Sur la trace de la statuaire locale...

Quand religion et superstition se mêlent... les maisons se parent de niches abritant des « protecteurs ». La Bastide n'échappe pas à la règle. Il suffit de lever les yeux pour en découvrir de multiples.

Fers à cheval retournés, gargouilles, bas-reliefs, linteaux de porte... les exemples de protection disséminés çà-et-là dans l'architecture pour protéger les habitants du foyer sont légion à Villeneuve. La statuaire est bien présente aussi, comme en témoigne la plus célèbre des figurines nichée sur une demeure en angle de la rue de Paris. Sculptée dans le bois, elle représente Sainte-Catherine juchée sur un piédestal, une roue à ses pieds et un glaive dans la main. Contrairement à ce que disent certains, il ne s'agit ni de la roue de la Fortune, ni du symbole du Temps et de la Justice, mais bel et bien des tristes attributs de son martyre : la roue sur laquelle elle fut écartelée et le glaive qui servit à la décapiter.



## Curiosités : patrimoine protégé



L'église Sainte-Catherine, de construction récente, date de 1937. Elle a été bâtie sur les fondements de l'ancienne église, datant du XIII<sup>e</sup> siècle, dont les pierres ont servi à ériger celle que nous connaissons aujourd'hui. A l'époque, le patrimoine n'était pas protégé et était réutilisé comme n'importe lequel des matériaux de base. Toutefois, des vestiges sont toujours visibles au Pôle mémoire de Gajac : une clé de voûte de belle facture figurant St-Georges terrassant le dragon (photo), une autre représentant le couronnement de la vierge arborant, chose rare, des restes de polychromie.

À bientôt...

Maison des Aînés

05 53 70 39 64

## Qu'on se le dise...

- A la Maison des Aînés, « vacances » riment avec « grand ménage ».
- Pour procéder plus aisément à cette tâche, la MdA fermera ses portes du 4 au 15 août inclus.
- L'acquisition de la nouvelle carte Seniors se fera dans les premiers jours de septembre, au moment des inscriptions pour l'année 2014/2015.

## Réponses aux anagrammes du numéro 14 :

- Etang > Agent
- Laide > Idéal
- Sonie > Noise
- Goret > Ergot
- Ouest > Soute

Le mot caché était « Aînés »

# L'air du temps

Le journal de la Maison des Aînés réalisé par la Ville de Villeneuve-sur-Lot



## Projets

## Vivement la rentrée !

La Maison des Aînés est à l'image des seniors qui la fréquentent : avec l'âge, elle se bonifie. Et son enthousiasme, loin de s'essouffler, se renforce au fil des ans. Du coup, pour la rentrée de septembre, les services et ateliers sont maintenus, renforcés et étoffés...



### Les courses étendues au marché ?

« Aller aux commissions, à plusieurs, c'est très bien ». Geneviève, 79 ans, est une fidèle de l'accompagnement aux courses mis en place voilà déjà 7 ans. « Ça nous fait sortir, on voit des gens, ça change ». Deux fois par semaine, le minibus transporte gratuitement les seniors\* de chez eux jusqu'à une grande ou moyenne surface et les ramène à domicile avec leurs emplettes. Face au succès et à la convivialité du service, il pourrait être étendu vers le marché de la Place Lafayette. Une façon de recréer du lien avec les commerçants et les petits producteurs en centre-ville. Un dispositif d'accompagnement existe aussi pour les démarches liées à la santé et à l'administration.

### Les ateliers, c'est bon pour le moral

A la MDA, l'offre est déjà riche : du yoga à la gym en passant par la marche, la rando, sans parler de la mémoire ou encore la créativité, l'informatique... et sans oublier les rendez-vous culinaires et les sorties, bref, on ne s'ennuie pas. Mais ce serait mal connaître le CCAS de croire qu'il peut s'en contenter. Trois projets sont donc dans les tuyaux pour la rentrée : le premier tourne autour d'une initiation au théâtre afin d'acquérir, en s'amusant, les bases des attitudes corporelles et scéniques. Le second repose sur un partenariat avec la bibliothèque autour d'un choix de livres, en relation avec les ateliers. Partenariat encore pour le 3<sup>e</sup>, mais avec le cinéma pour proposer plus de sorties aux amateurs de grand écran...

### L'accompagnement individuel soutenu

S'il est important de se changer les idées, le quotidien nous rattrape parfois. Démarches administratives, difficultés financières, problème de santé, d'isolement : pas toujours facile d'en parler. Chaque mois, deux travailleurs sociaux du pôle Seniors reçoivent près de 120 personnes, dont 25 en suivi quotidien. Ce duo est là pour vous simplifier les démarches et envisager des solutions, parfois très simples, qui peuvent vous faciliter la vie. Outre les rendez-vous au CCAS, des permanences téléphoniques viennent d'être mises en place, deux matinées par semaine.

\* réservé aux seniors isolés, à faible revenu.

## sommaire :

- 0% alcool, 100% bonne humeur !
- Canicule : inscrivez-vous !
- Bon à savoir
- Déplacements : avec Elios
- Une 2<sup>e</sup> navette gratuite
- Carte seniors : les nouveautés
- Remue-méninges



VILLENEUVE-SUR-LOT

## Bon à savoir

### La Table en « bio »

A la « Table du CCAS », les menus se mettent au bio. Après les fromages, certains fruits et légumes, chaque mardi, le pain servi est issu de farines biologiques et cuit dans un four à bois par un boulanger du Villeneuvois. Y'a pas à dire, c'est bien meilleur !

### La « Zumba », c'est sympa !



Introduite dans les cours de gym dynamique, la Zumba (entendez par là une sorte de « Zumba à papa ») est destinée aux seniors qui veulent être toniques en musique, en salle ou en plein air... Adaptée à leur âge, elles se pratiquent sur des musiques latines mais à rythme modéré. Et la discipline connaît un tel succès qu'elle sera reconduite à la rentrée.

### Mémoire et musée

Les neurones aussi ça se muscle. Et pourquoi pas au musée ? Chaque année, l'atelier Mémoire se délocalise à Gajac pour effectuer un travail en lien avec l'expo en cours. L'occasion de s'ouvrir à la culture, en bonne compagnie, tout en conjuguant travail de l'esprit et plaisir des yeux.

## Intergénération

### 0% alcool, 100% bonne humeur !

Pas besoin de boire de l'alcool pour avoir du punch ! Jeunes et seniors l'ont prouvé autour d'un atelier culinaire inédit : la préparation de cocktails... sans alcool. Une première réussie qui ne restera pas sans suite...



Les jeunes rendront l'invitation aux seniors cet automne.

Le rendez-vous avait lieu en soirée à la Maison des Aînés. Un horaire idéal pour confectionner moult cocktails, verrines et amuse-bouches d'un atelier culinaire inédit. Inédit par

son sujet mais aussi par ses participants. Une fois n'est pas coutume, des jeunes du Foyer des Jeunes Travailleurs avaient été conviés à y participer. Dix d'entre eux ont répondu présents et aucun n'a regretté. « Au début, on craignait de ne pas voir les mêmes sujets de conversation », confie Rémi, 23 ans. Mais la cuisine nous a réunis et on a bien rigolé ensemble. Au final, on avait l'impression d'être avec nos grands-parents, c'était vraiment sympa ! ». Même son de cloche chez les mamies, chefs d'un jour, qui ont trouvé les « petits » fort sympathiques.

A l'origine de cette soirée insolite : la volonté de conjuguer avec bonne humeur ateliers ludiques et pédagogiques, ouverture aux autres, mais aussi contribuer à des rencontres inter-générationnelles par le biais de rendez-vous informels. L'occasion également de rompre quelques *a priori* sur les jeunes et l'alcool, en menant en parallèle une opération de sensibilisation contre les méfaits des boissons alcoolisées. Un pari réussi pour le Pôle seniors et une nouvelle aventure qui commence puisque les jeunes, d'un commun accord, ont décidé de rendre l'invitation aux seniors dans leur propre résidence, rue Jules-Ferry. La date devrait être calée pour l'automne.

## Canicule Inscrivez-vous !



Le registre de veille du CCAS est activé en prévision d'épisodes de canicule. Pensez à vous inscrire : c'est confidentiel et gratuit !

C'est l'été, et avec lui, le risque de fortes chaleurs pouvant conduire, comme chaque année, au déclenchement du plan canicule. Le CCAS a donc réactivé son outil de prévention principal : un registre dans lequel sont répertoriées les personnes vulnérables, notamment âgées et handicapées à domicile. « Depuis la canicule de 2003 et ses 15 000 morts, les consciences ont été éveillées à la solidarité que nous devons aux plus fragiles », commente Marie-Françoise Béghin, 1<sup>ère</sup> adjointe en charge des Affaires Sociales. Ce registre confidentiel, visible uniquement par les travailleurs sociaux, permettra en cas de températures extrêmes, d'apporter toute l'aide nécessaire pour éviter des situations dramatiques. Mais l'élue lance un appel plus large en direction des amis et du voisinage qui pourraient repérer des comportements inhabituels (volets fermés, absence inexplicquée). « Il ne faut pas hésiter à nous contacter. Je dis souvent qu'il vaut mieux se déplacer pour rien que se déplacer trop tard ».

Inscriptions à la Maison des Aînés 05 53 70 39 64 au CCAS 05 53 41 53 47 ou sur le site de la mairie [www.ville-villeneuve-sur-lot.fr](http://www.ville-villeneuve-sur-lot.fr)

## Bon à savoir

### Sereins pendant les vacances

Si vous devez vous absenter de votre domicile cet été, pensez à signaler votre absence à la police municipale qui renouvelle son opération « Tranquillité vacances ». Pour cela, il suffit de vous inscrire gratuitement. Des patrouilles passeront alors régulièrement surveiller votre logement et s'assurer que tout est en ordre. Un petit dépliant sur les bons réflexes à adopter en matière de sécurité est aussi disponible à l'accueil. Rens : 05 53 49 50 30

### Fête de l'été

« For-mi-da-ble ! » C'est l'adjectif qui est le plus souvent revenu dans la bouche des participants à la grande Fête de l'été des seniors. 130 personnes de la Maison des Aînés et de La Table du CCAS étaient réunies pour la journée récréative à Rogé début juillet. Certains ont pu découvrir les joies du tir à l'arc, de la zumba, de la relaxation et même du canoë... Épique, convivial et tellement drôle !



## Transport en commun

### Elios : un nouveau nom pour les bus

Le réseau de bus Interval change de nom et devient Elios. Le service est revu et amélioré, sans augmentation des tarifs. Tout ce qu'il faut savoir

Il se veut un vrai service de proximité, adapté aux attentes et usages des utilisateurs. En service depuis le 7 juillet, ce réseau, renforcé à Villeneuve, a étendu son influence à l'ensemble des communes de l'agglomération.

**Les lignes :** elles seront au nombre de 4 vers Bias, Pujols et Villeneuve, avec un axe renforcé partant de Bias (après Auchan) jusqu'au futur Pôle de Santé. En fonction des heures et des périodes de vacances, des minibus remplaceront les grands bus, et les rotations seront plus ou moins fréquentes.

**Des bus à la demande :** sur réservation, au plus tard la veille, ce système couvrira trois zones : Villeneuvois, Roquentin et Livradais-Casseneuil. Il permettra de circuler à l'intérieur de sa zone ou d'une zone à l'autre, avec 5 allers-retours du lundi au samedi. Il est accessible aux personnes à mobilité réduite. Réservations : 0810 100 206 (prix d'un appel local).

**Et le prix ?** Même si le service est étendu, le tarif reste inchangé : toujours 1€ de trajet. Nouveauté : la mise en place d'un « pass social » offrant la gratuité aux bénéficiaires des minimas sociaux ou anciens combattants.



Tous les bus sont équipés de rampes d'accès.

## Navette gratuite Et de 2 !

A la rentrée, une navette gratuite sera mise en service, en plus de celle existante. Son circuit se fera sur les boulevards afin de desservir les services publics de centre-ville et notamment la Maison de la Mobilité (face à la Poste) qui ouvrira en septembre, et dans laquelle on pourra acheter ses tickets de bus, TER, transports à la demande, mais aussi la future Maison Médicale en fin d'aménagement aux haras. Départ toutes les 15 minutes.

## Carte Seniors Les nouveautés

La carte d'adhésion à la Maison des Aînés, la « Carte Senior » mise en place l'an dernier, se fait une toilette et revient avec encore plus d'avantages.

Remise lors de l'inscription aux activités de la structure, la Carte Seniors est le sésame qui, pour 18€ par an, donne de nombreux privilèges à tout Villeneuvois de plus de 60 ans. Elle permet la gratuité à l'ensemble des ateliers proposés par la MdA, un tarif réduit sur les entrées Connaissances du Monde au Centre Culturel et des sorties mensuelles à 5€. A compter de la rentrée, elle fera également bénéficier de la gratuité aux ateliers municipaux du Centre Culturel et d'une réduction sur l'abonnement à la bibliothèque... Rappelons que cette carte est nominative, et valable un an.

