



Le courrier des seniors

L'ÉDITO

Instants d'été

Cet été, les « Découvertes F'estiv » du CCAS font leur retour, après deux années d'interruption à cause du Covid. Les seniors du 4^{ème} arrondissement, et des autres arrondissements, peuvent aller mettre la « tête dans les étoiles » au planétarium de Vaulx-en-Velin, ou aller voir « la vie en rose » en bord de Loire.

C'est aussi le retour du programme « Seniors en vacances », des séjours, d'Apt à La Grande Motte, proposés par le CCAS de la Ville de Lyon et l'ANCV (Agence Nationale des Chèques Vacances). Ces sorties et séjours sont complets, ce qui montre leur attrait et leur utilité, notamment pour des personnes qui n'ont pas les moyens de se les offrir.

Si ces programmes sont proposés par le CCAS et l'ANCV, c'est bien en mairie d'arrondissement que se font les inscriptions. Le cabinet de la mairie du 4^{ème} s'est donc transformé en agence de voyages pendant quelques semaines ! Cela illustre une fois encore le rôle essentiel de proximité de la mairie d'arrondissement, et aussi ce lien que les agents et les élus du 4^{ème} arrondissement font vivre au quotidien avec les habitants.

Dans une époque lourde de menaces, nous vous souhaitons de savourer ces instants d'été, temps d'insouciance et de vacances, de convivialité et de dépaysement.

Marie-Agnès CABOT

Conseillère déléguée au grand âge
et au lien intergénérationnel



DATES À RETENIR

- **5 JUILLET > 28 AOÛT**
TOUT L'MONDE
DEHORS : 180
événements gratuits
en plein air.
- **13 JUILLET**
VÉL'OPTIMIST : séance
pour vélos à assistance
électrique.
- **13 JUILLET > 10 SEPT.**
THÉÂTRE *carte senior !*
Souvenirs, souvenirs
Comédie Odéon.
- **15 JUILLET** *carte senior !*
ATELIER NUMÉRIQUE
À 14h ou 15h30
Lyon 3^{ème} 06 46 28 66 85
- **23 & 27 AOÛT** *carte senior !*
VISITE à 2 voix du Jardin
du parc de la Tête d'Or
et Lugdunum musée
*«la nature de
l'Antiquité à nos jours».*
- **3 SEPTEMBRE**
FORUM DES
ASSOCIATIONS : à la
salle de la Ficelle.
- **17 & 18 SEPTEMBRE**
BRADERIE DES
COMMERÇANTS
- **24 SEPTEMBRE**
LA VOIE EST LIBRE

C'EST DIT !

« L'été s'impose et
conduit toute âme au
bonheur. »

André Gide



ÇA SE PASSE DANS LE 4



FAITES DES QUARTIERS : 25 JUIN

Le 25 juin 2022, la Mairie du 4^{ème} arrondissement a organisé le renouvellement des quatre Conseils de quartiers de la Croix-Rousse à la Maison des Associations Robert Luc. Près de 200 habitantes et habitants se sont déplacés à cette occasion afin de participer à la vie de leur quartier, de s'investir pour améliorer la qualité de leur cadre de vie et de dialoguer avec les élu-es.

Réunis en assemblée plénière chaque Conseil de quartier a présenté un bilan de ses actions mises en oeuvre depuis 2021, date du dernier renouvellement, avant de laisser place au vote des membres du nouveau bureau et de leur président-e. Dans un esprit festif et de citoyenneté la journée s'est poursuivie par un banquet républicain offert par la Mairie du 4^{ème} et d'un dialogue entre les participant-es et les élu-es sur les instances de participation de l'arrondissement. La Compagnie *Il sera une fois* a clôturé l'événement dans le rire avec sa pièce de théâtre participative sur les relations de voisinage.

Isabelle Chemin - Présidente Conseil Est et Rhône, Philippe Vindras - Président Conseil Centre, Élisabeth Blachère - Présidente Conseil Ouest, Luc Arbib - Président Conseil Saône.

▷ Inscription au Conseil de quartier de votre secteur : www.lyon.fr/form/inscription-conseils-de-quartier

▷ Infos : mairie4lyon.fr > votre.mairie > conseils.de.quartier



INAUGURATION DE LA FRESQUE QUAI GILLET : 30 JUIN

Sous quelques gouttes de pluie, la grande fresque de 157 m² intitulée *Rêverie aquatique* et réalisée par le streetartist **Spone** dans le cadre de l'appel à projet en faveur des initiatives des conseils de quartier 2022, a été inaugurée dans le petit parc Serin, en présence de Rémi Zinck, d'Élodie Trias, de l'association MUR69, de la CNR et du Conseil de quartier Saône.

Une œuvre à contempler au 38-40 quai Gillet !



FERMETURE ESTIVALE DE L'ACCUEIL DE JOUR MARIUS BERTRAND

L'accueil de jour Marius Bertrand fermera ses portes quelques semaines pendant la période estivale. Toute l'équipe sera absente du 1^{er} au 19 août et vous retrouvera le lundi 22 août.

▷ 04 78 30 38 10 / ccas.accueildejour.mbertrand@mairie-lyon.fr

ÇA SE PASSE DANS LE 4

PARTAGER UN REPAS POUR TISSER DES LIENS ENTRE SENIORS

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de la Ville de Lyon propose une nouvelle offre de restauration dans les résidences autonomie seniors. Des repas de qualité éco-responsables et durables à prix fixes, avec des moments festifs dans un lieu rafraîchi, idéal par les fortes chaleurs de l'été.

Venez déguster un repas dans l'un des restaurants situés dans les résidences seniors du CCAS de la Ville de Lyon, du lundi au vendredi à midi. **Il vous suffit de réserver 48h à l'avance pour en profiter.**

Depuis le 1^{er} juin 2022, un nouveau prestataire prend en charge les repas au sein de 11 résidences. Une cuisine faite à

partir d'ingrédients frais, locaux et/ou issu de l'agriculture biologique, en respectant les saisons et confectionnés «comme à la maison». Les cuisines sont éco-gérées pour une démarche vers un restaurant zéro déchet.

Vous pourrez profiter des nombreuses activités mises en place (jeux, ateliers, cinéma, sorties, gym douce ...) proposées dans l'établissement et ainsi prolonger la convivialité et pourquoi pas tisser de nouvelles amitiés.

Résidence seniors Hénon

64 boulevard des Canuts, Lyon 4^{ème}

Tél. : 04 72 00 27 23



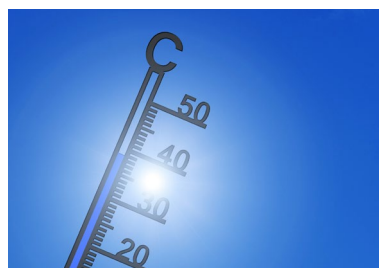
FORTES CHALEURS : PENSEZ À VOUS INSCRIRE SUR LE FICHER CANICULE

Pendant toute la durée d'un épisode de canicule, l'ensemble du personnel du CCAS se mobilise pour contacter chaque jour de la semaine, samedi compris, toutes les personnes inscrites volontairement sur son registre, strictement confidentiel. Ils s'assurent que tout va bien, prennent des nouvelles, donnent des conseils adaptés pour éviter la déshydratation (bien boire, se rafraîchir le corps...) et repèrent ainsi les signes d'alerte. **Un numéro unique 04 72 10 30 30 du lundi au vendredi [9h-12h] et [13h-16h30] - Samedi [9h-13h].**

HISTOIRE D'EAU

*La Saône indocile
Éternellement imagine
En Rhône une idylle
Clapotis tenu de l'onde
Quand l'été la chaleur gronde
Turquoise et bouiasse
Agapes et audaces
Ces eaux nous rassemblent.*

Marie-Agnès Cabot



PARCOURIR LYON SANS SOUFFRIR DE LA CHALEUR

La ville de Lyon a cartographié 600 points de fraîcheurs, accessibles gratuitement au public comme refuge en cas de

forte chaleur : traboules, points d'eau, jardins ou bâtiments. Testez-les, il y en a une quarantaine à la Croix-Rousse !

<https://cartes.lyon.fr > lieux-et-parcours-frais/>

BOUGER !

AVANTAGES CARTE SENIOR



Reconduction de l'offre avec des tarifs préférentiels au Théâtre de la Croix-Rousse. Découvrez le programme et réservez vos places !



Balade gourmande au Halles de Lyon, avec 8 haltes gourmandes + 2h de balade au cœur du temple de la gastronomie. 46€ au lieu de 52 €. Mardis de 11h30 à 13h30 avec Praline et Rosette.



Activités Chez Daddy, le café intergénérationnel convivial avec près de 80 activités chaque mois ! Du mardi au dimanche, adhésion et accès le 1^{er} mois offert !



Ateliers de psychomotricité
Les lundis à la résidence Hénon (04 78 29 09 40) et les jeudis à la résidence Marius Bertrand (04 37 40 81 80). Sur inscription.



Cinéma Comoedia
4,90€ sur les séances Ciné Papothé, Collection, séances sous-titrées pour sourds et mal-entendants. Lyon 7^{ème}.



Caliceo, parenthèse bien-être
Du lundi au dimanche [10h-21h]
Remise de 10 % sur les « Forfaits 2h » et « Pass journée » et 5 % sur les abonnements « TEMPO 10h et 20h ».



Exposition Philippe Schuller
aux Archives de la Ville, Lyon 2^{ème}
Merc. 21 sept. à 14h30
Rétrospective du photographe lyonnais. Gratuit Visite privilégiée.



Symphonie Fantastique de Berlioz - Sam. 15 oct. à 18h - Par l'Orchestre national de Lyon. 15€ pour 2 spectacles, places situées dans les meilleures séries.



Trilogie de la Villégiature
Du 20 sept. au 8 oct. [20h], [16h] le dimanche. Théâtre des Célestins, Lyon 2^{ème}.
16€ à 36€ au lieu de 18€ à 40€.



Théâtre du Gai savoir
Cours de théâtre hebdomadaires pour les seniors encadrés par des comédiens professionnels. 350 € au lieu de 450€. Lyon 6^{ème}. Tous les mardis [14h30-16h] en septembre.

RENTRÉE 2022-2023 : COHABITATION INTERGÉNÉRATIONNELLE

L'association Tim&Colette met en relation des seniors ayant une chambre disponible avec des jeunes à la recherche d'un logement, dans un esprit de solidarité. En cette période estivale de nombreux étudiants s'adressent à eux en vue de la rentrée universitaire. Ils recherchent des seniors, à partir de 60 ans, qui pourraient les accueillir. L'association développe des formules de courte durée (stage ou alternance) qui peuvent permettre à des seniors de découvrir ce type de cohabitation, avant de s'engager sur une durée plus longue.

Pour les joindre : 04 26 84 49 36/ 06 81 14 82 65 ou timetcolette.fr

