



Le courrier des seniors

L'ÉDITO

Ensemble

Les fêtes de fin d'année sont un moment à part, moment de retrouvailles et de partages, d'autant plus précieux dans un monde qui se déchire et une société française qui se divise.

Nous avons proposé en 2022 « Ensemble en décembre », une série d'évènements et d'actions organisés en collaboration avec les acteurs de la Croix-Rousse, des conseils de quartier aux commerçants. Il s'agit de faire vivre un esprit de fraternité et de solidarité, en toute simplicité.

« Ensemble en décembre » revient en 2023, ponctué d'évènements sur tout l'arrondissement, de la piscine Saint-Éxupéry à la place de la Croix-Rousse en passant par le quai Gillet, qui seront autant d'occasions heureuses à vivre et partager ensemble. Nous sommes aussi heureux de retrouver certains d'entre vous au « Temps Danse – goûter des seniors » pour un après-midi festif et gourmand. C'est porté par un espoir de paix que nous vous souhaitons de belles fêtes de fin d'année.



Marie-Agnès CABOT
Conseillère déléguée
à la Vie des aînés



Rémi ZINCK
Maire du 4^{ème}
arrondissement de Lyon

DATES À RETENIR

- **DÉCEMBRE**
ENSEMBLE EN DÉCEMBRE animations sur l'arrondissement
- **1^{er} DÉCEMBRE**
EUROSIVIAN à 20h
par Les bisons ravis
Maison des associations
- **5 DÉCEMBRE**
CINÉ-DÉBAT à 18h30
Ferme Croix-Rousse
Maison des associations
- **5 DÉCEMBRE**
PISCINE SAINT-EX EN LUMIÈRE à 17h
- **7>10 DÉCEMBRE**
FÊTES DES LUMIÈRES
- **7 DÉCEMBRE**
PERM DU CLASS à 9h
Place Cdt Arnaud
- **15 DÉCEMBRE**
TEMPS DANSE à 14h
Salle de la Ficelle
- **19 DÉCEMBRE**
RÉUNION PUBLIQUE à 19h
Projet ♥ Croix-Rousse
Maison des associations
- **11 JANVIER**
PERM DU CLASS à 9h
Place Cdt Arnaud
- **13 JANVIER**
LES MOTS-DITS à 14h
Maison des associations
- **27 JANVIER**
VŒUX DU MAIRE à 17h
Maison des associations
- **2 & 3 FÉVRIER**
FORUM JEUNES VOYAGEURS
Maison des associations

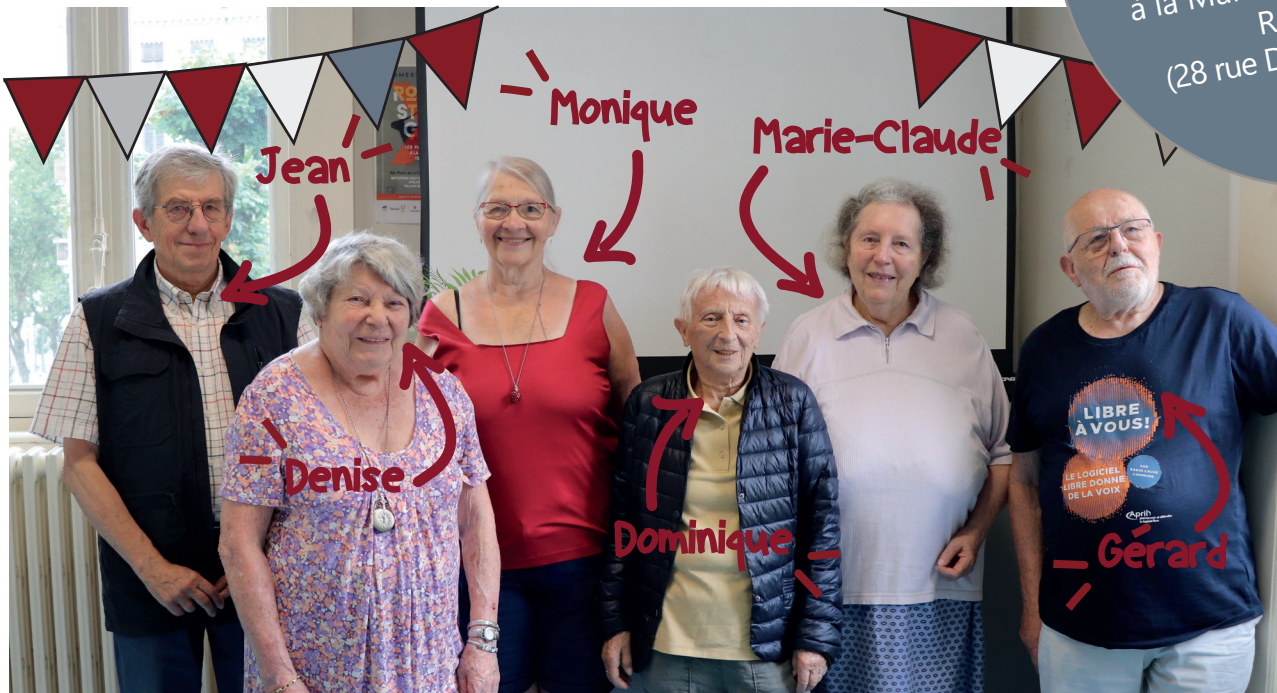
C'EST DIT !

« Plus tard il sera trop tard, notre vie c'est maintenant. »

Jacques Prévert

LE MOT DU CONSEIL DES SENIORS

VOEUX DU MAIRE
Samedi 27 janvier
17h > 20h
à la Maison des associations
Robert Luc
(28 rue Denfert-Rocher)



ÉLECTION DU CONSEIL DES SENIORS DU 4^{ÈME}

Les membres du bureau du Conseil des seniors ont été élus à l'unanimité au cours de la séance du 13 juin 2023 avec Monique Gabiaud - présidente, Jean Kogej - secrétaire, Marie-Claude Assénat et Christiane Bessenay - secrétaires adjointes.

En janvier 2023, à l'initiative de la Mairie du 4^{ème} arrondissement, a été institué un Conseil des seniors. Il ne s'agit pas d'une association mais d'un groupe de réflexion et de proposition actif dans la cadre de la démocratie participative. Son but est d'être utile aux personnes âgées de notre territoire, par une meilleure connaissances de celles-ci et de leur situation et surtout par des propositions concrètes. Agir contre l'isolement, améliorer la mobilité dans la Croix-Rousse, veiller aux services (y compris au mois d'août) sont les centres d'intérêt au cœur de nos préoccupations. L'offre culturelle et l'activité physique à destination des seniors ne doivent pas être délaissées dans cette démarche.

La structure du Conseil est légère et son fonctionnement est souple. Les réunions ont lieu en moyenne toutes les cinq à six semaines. En fait le poids et l'efficacité de ce Conseil proviendront uniquement de l'initiative et du dynamisme de ses membres. Venez nous rejoindre !

Vous souhaitez assister à une séance du Conseil des seniors avant de vous engager ?

La prochaine aura lieu :



mardi 5 décembre
à 14h30
à la Mairie du 4^{ème}

Le Conseil des seniors est ouvert aux habitants volontaires de tous âges.

Vous avez des questions ?
Contactez le conseil à :

conseil.seniors.lyon4@gmail.com

ÇA SE PASSE DANS LE 4



ÊTES-VOUS ALLÉ AU SPOT SENIORS ?

Le spot seniors, c'est un lieu convivial, animé par les équipes du Centre social Pernon, qui propose des bons plans, des activités mais aussi une multitude d'infos pratiques pour bien occuper votre retraite ! Les activités du spot sont gratuites et ne nécessitent pas d'adhésion. Mis en place et inauguré par la Ville et le CCAS de Lyon pendant la Semaine Bleue, le spot seniors est situé dans la salle polyvalente 1, au premier étage.

Pour s'y rendre : 27 rue Pernon



04 78 29 90 44

Prochains temps forts :

- **Mardi 12 décembre**
Visite de Mathina de la Ka'fête ô mômes.
- **Mardi 19 décembre**
Atelier bulle bien-être routines d'auto-massages - sur inscription.
- **Tous les mardis**
Animation avec Monique avec ses quizzes, ses jeux de mémoire et ses astuces locales !
- **Tous les mardis et jeudis**
Animation du spot avec Océane.

En dehors de ces rendez-vous, le spot seniors du 4^{ème} est ouvert pour s'informer et échanger les mardi et jeudi de 13h30 à 16h30 (hors vacances scolaires).

TEMPS DANSE - GOÛTER DES AINÉS



Tous les seniors de 65 ans et plus, résidant dans le 4^{ème} arrondissement, sont conviés au traditionnel goûter des seniors, **vendredi 15 décembre à partir de 14h à la salle de la Ficelle**. N'oubliez pas de confirmer votre présence avant le 8 décembre, les places sont limitées ! Vous serez accueillis par les élèves de la section accueil du lycée Camille Claudel pour vous accompagner tout au long de ce goûter. Cette année c'est avec Bargainatt que la Mairie du 4^{ème} vous propose de passer ce *Temps Danse* convivial : entre musiques traditionnelles et bal folk, les quatre musiciens de Bargainatt vous accompagneront de leurs compositions rythmées et entraînantes pour danser sur la piste. Un voyage aux multiples couleurs et influences, plein d'énergie et de fraîcheur. Programmé en lien avec le Centre des musiques traditionnelles Rhône-Alpes.

CYCLO-POUSSE À LA CROIX-ROUSSE

Daddy & Vous vous propose un service d'aide à la mobilité avec son cyclo-pousse pour accompagner des sorties : marché, cinéma, théâtre, lieux de culte, restaurant ou Chez Daddy pour y déjeuner, prendre un verre ou participer à une activité, afin de garder un lien social et intergénérationnel.

+ d'infos : 04 78 31 29 25 ou
à lyon4@groupedaddy.fr



EN IMAGES

RETOUR SUR LA SEMAINE BLEUE !

La conférence sur l'intimité dans l'art avec Cyril Deves, le forum seniors organisé par Les 3 colonnes et et l'inauguration du spot seniors au centre social Pernon !



PAIX

*S'il suffisait d'un jour,
D'une parole, d'une pensée,
Que chacun à son tour
Agisse pour faire pousser
Un espoir, une réponse
À cette folie sans nom ;
Que sur ce lit de ronces
Puisse encore pour de bon
Faire éclore une rose
Au milieu de ces larmes.
Alors voilà que j'ose
Faire déposer les armes.*

Marie-Agnès Cabot

OFFRE SENIORS AUTOMNE-HIVER



L'offre de la Carte Senior automne-hiver 2023 est disponible en mairie et vous propose une grande variété d'activités : expositions, conférences, animations sportives, ou encore

propositions de balades et de sorties. Grâce notamment aux tarifs préférentiels proposés, la Carte Senior permet de donner accès à des animations qui conviennent à tous les budgets. Vous avez plus de 65 ans ? Il est possible de vous inscrire en ligne ou en mairie d'arrondissement auprès de Mme Mehdjian au 04 26 99 68 63 ou seniors.mairie4@mairie-lyon.fr.

www.lyon.fr > démarches > personnes âgées > inscription à la carte senior