

# vivre senior.



**Des plages  
normandes**  
aux bords de Loire

# L'édito



**Marianne DURANTON**  
Maire,  
Conseillère  
régionale

**Brigitte HOCHART**  
Adjointe au Maire  
en charge des  
Solidarités

**Vanessa MALONGA**  
Conseillère  
déléguée  
en charge des  
Solidarités

## Chère Morsaintoise, cher Morsaintois

Depuis plusieurs années, vous choisissez entre colis de fin d'année et spectacle gourmand pour les festivités de fin d'année Seniors.

À la demande de nombre d'entre vous, nous étudions la possibilité de remplacer le goûter spectacle par un repas spectacle. Ceci vous permettrait de profiter d'un repas festif pendant lequel vous pourriez échanger en toute convivialité avec vos ami(e)s seniors. Naturellement, ce déjeuner sera suivi d'un spectacle, vous aurez aussi la possibilité de vous retrouver très nombreux sur la piste de danse !

Nous vous serions reconnaissantes de nous indiquer quelle serait votre préférence entre repas/spectacle/danse, goûter/spectacle/danse ou colis. Merci d'avance de nous retourner le coupon réponse ci-dessous avant le 31 mai.

Bien à vous.



## COUPON RÉPONSE

Nom : .....

Prénom : ..... Nb de pers. : .....

Adresse : .....

Téléphone : .....

Adresse mail : .....

Pour nous aider à faire le meilleur choix, nous vous serions reconnaissantes de nous indiquer votre préférence :

- Le repas/spectacle/danse
- Le goûter/spectacle/danse
- Le colis



# Agenda

## été 2024

*En avril et mai :*

### Thé dansant

le 30 mai

### Voyage LAM sur la Côte

**d'Opale** du 28 septembre  
au 5 octobre

## Séjour à Saumur

DU LUN. / MAR.  
**10 AU 11**  
JUIL. / JUIN

Départ à 6h place du  
Marché et ramassage  
sur la ville.

**230€\*** pour les Morsaintois, **250€\*** exté-  
rieurs. **+39€** pour une chambre seule.

30 personnes maximum. Inscription par  
ordre d'arrivée dès le 2 mai jusqu'au 16 mai.

Visites guidées des jardins de Puygirault,  
d'une champignonnière, d'une roseraie, du  
site troglodyte des « Perrières ». Déjeuner  
dans une cave troglodyte « les pieds bleus ».  
Visite et dégustation au domaine de Bodi-  
neau : dégustation des vins d'Anjou et les  
fameux côteaux du Layon.

**Renseignements et réservation au service  
Seniors au 01 69 25 39 04.**

\* Pour les personnes non imposables, une aide financière  
pourra être envisagée selon évaluation sociale (sur RDV).



## Maison de Claude Monnet et ses jardins

JEU.  
**27**  
JUIL.

50€

Départ à 8h30 au Château  
de Morsang.

50 personnes. Inscription par ordre d'arri-  
vée dès le 2 mai jusqu'au 21 juin.

Visite libre et déjeuner au restaurant « les  
Nymphéas »



## Sortie à Honfleur

JEU.  
**4**  
JUIL.

20€\*

Départ à 6h place du  
Marché et ramassage  
sur la ville.

50 personnes maximum. Inscription par  
ordre d'arrivée dès le 2 mai jusqu'au 28 juin.

Une journée de dépaysement. Quartier  
libre. Restaurant possible le midi, à préciser  
lors de l'inscription

**Renseignements auprès du service Seniors  
au 01 69 25 39 04.**

\* Tarif : 20€ et 43€ si restaurant



## Séances de handfit

JUIL.  
&  
AOÛT

Au stade Léo Lagrange,  
tous les lundis et jeudis  
de 18h à 19h.

Sans inscription préalable.



## Repas partagé

JEU.  
31  
JUIL.

Aux jardins familiaux  
(route du Bois Pommier)  
de 12h30 à 17h30.

Spectacle de rue sur le thème des Jeux olympiques, composé de 4 musiciens et 3 danseuses. Il évolue autour du jazz, du swing, du boogaloo, du charleston. Alternant des chorégraphies riches et dynamiques, les danseuses s'amuse à faire swinguer le public.

Apportez une entrée, un plat ou un dessert de votre choix. Apéritif, boissons, café, thé offerts par le service Seniors.



## Sortie au bord de la mer à Ouistreham

JEU.  
8  
AOÛT

20€

Départ à 6h place du  
Marché et ramassage  
sur la ville.

50 personnes maximum. Inscription par ordre d'arrivée dès le 2 mai jusqu'au 31 juillet.

Une journée de dépaysement au bord de la mer. Quartier libre.

Renseignements auprès du service Seniors  
au 01 69 25 39 04.



## Les points de rendez-vous

Pour les séjours (Saumur, Honfleur, Ouistreham et Boulogne-sur-Mer), des points de rendez-vous sont proposés pour le départ :

Point 1 - place du Marché : **6h**

Point 2 - Rond-point Jules-Ferry  
(Intermarché) : **6h05**

Point 3 - Château de Morsang : **6h10**

Point 4 - Mairie de Morsang : **6h15**

Point 5 - 8-Mai-1945 : **6h20**

Point 6 - place Mendès-France : **6h25**

Point 7 - place de la Gribellette : **6h30**



## Séjour à Boulogne-sur-Mer

JEU. VEN.  
29 & 30  
AOÛT AOÛT

Départ à 6h place du Marché et ramassage sur la ville.

**205€\*** pour les Morsaintois, **225€\*** extérieurs. **+160€** pour une chambre seule.

**50 personnes maximum. Inscription par ordre d'arrivée dès le 2 mai jusqu'au 2 août.**

Déjeuner au restaurant à Boulogne-sur-Mer à 12h30 environ. 14h30 : visite du célèbre aquarium Nausicaa, puis direction à l'hôtel Ibis, dîner sur place. Le lendemain, visite guidée du site des deux caps à partir de 9h. Dîner au restaurant « La Haute Ville » et retour à Morsang.

**Renseignements auprès du service Seniors au 01 69 25 39 04.**

\* Pour les personnes non imposables, une aide financière pourra être envisagée selon évaluation sociale (sur RDV).



## Domaine de La Grange - La Prévôté

JEU. 12  
SEPT. 8€\*

Départ à 14h du Château de Morsang.

**50 personnes maximum. Inscription par ordre d'arrivée dès le 3 juin jusqu'au 30 août.**

À Savigny-le-Temple. Deux balades sont proposées : l'une historique avec la découverte du château de style second empire, et la seconde centrée sur le potager où sont cultivées plus de 300 variétés de légumes et fruits. Tous les participants repartent avec un produit du terroir.

**Renseignements auprès du service Seniors au 01 69 25 39 04.**

\* Tarif : 8€ pour les Morsaintois, 10€ pour les extérieurs.



## → **Téléassistance et Pass Navigo**

Le Département de l'Essonne met à disposition des Seniors :

- la téléassistance
- le pass Navigo
- la carte taxi

La téléassistance est gratuite pour les Seniors de plus de 80 ans ou bénéficiaire de l'APA ou en situation d'handicap, inaptitude au travail ou gravement malade sur présentation d'un justificatif médical.

Un bracelet ou un collier est fourni ainsi que le terminal de téléassistance.

Le pass Navigo ou la carte taxi (au choix) peuvent être délivrés aux Seniors de plus de 65 ans et aux personnes handicapées de plus de 20 ans et aux anciens combattants.



Sous conditions de ressources, le pass Navigo offre un forfait au choix :

+65 ans et personnes handicapées : 37€/an pour les déplacements en Essonne uniquement.

156€/an pour les déplacements dans toute l'Île-de-France.

Ancien combattant : 25€/an dans toute l'Île-de-France.

**Renseignements et inscription auprès du Service Seniors au 01 69 25 39 04.**

## → **Héberjeunes, un bon plan pour les Seniors et les personnes isolées**

Vous souhaitez un apport financier et pouvez louer une chambre à un étudiant (de l'ordre de 400 € par mois et par chambre)

Ou

Vous avez besoin d'une présence à domicile, de lien social ou bénéficié de services pour rester autonome chez vous (transports, courses, bricolage, informatique) ?

Héberjeunes vous adresse les étudiants qui répondent à vos besoins

Bt 311. Université Paris-Saclay 91400 ORSAY

Tél. : 01 69 15 65 44 ou 01 69 15 52 52

heberjeunes.asso@universite-paris-saclay.fr

site : [www.heberjeunes.fr](http://www.heberjeunes.fr)



## → Recensement pour le plan canicule



La période estivale annonce les vacances sous le soleil mais aussi les fortes chaleurs. La canicule est définie comme un niveau de très fortes chaleurs le jour et la nuit pendant au moins trois jours consécutifs et est décidée par arrêté préfectoral. Cela suppose deux paramètres : la chaleur et la durée. Les personnes âgées sont les plus touchées par ces épisodes de fortes chaleurs.

Si vous vous sentez concernés ou si vous connaissez des personnes âgées, handica-

pées ou fragiles qui sont isolées, incitez-les à s'inscrire sur la liste de la mairie afin de recevoir de l'aide pendant une vague de chaleur : avant la canicule, les personnes âgées, isolées ou handicapées peuvent se faire connaître auprès du service Seniors pour figurer sur ce registre communal afin de pouvoir être aidées en cas de vague de fortes chaleurs.

Il est donc indispensable de vous faire inscrire. Renseignement et inscription auprès du service Seniors au 01 69 25 39 04 ou par mail à l'adresse suivante [service.senior@ville-morsang.fr](mailto:service.senior@ville-morsang.fr).

Par ailleurs, nous vous vous rappelons comme nous le faisons depuis 2 ans en période de grande chaleur, 2 salles climatisées sont à votre disposition, l'une à la Maison de la Citoyenneté et de la Vie Associative, l'autre à la Salle des Familles au château. Pour toute précision complémentaire appeler le service Seniors au 01 69 25 39 04.

## EN PÉRIODE DE CANICULE, QUELS SONT LES SIGNAUX D'ALERTE ?



CRAMPE



FATIGUE  
INHABITUELLE



MAUX DE TÊTE



FIÈVRE > 38°C



VERTIGES  
OU NAUSÉES



PROPOS  
INCOHÉRENTS

SI VOUS VOYEZ QUELQU'UN VICTIME D'UN MALAISE, APPELEZ LE 15

## → Restez connectés !

Le Vivre Senior vous est adressé par La Poste, mais nous nous apercevons que la distribution n'est pas parfaite. De plus, l'envoi par mail serait plus rapide et générateur d'économie.

Aussi, nous nous proposons de l'adresser par mail aux Seniors qui l'accepteraient. Merci de remplir le coupon réponse ci-dessous.

Par ailleurs, la Ville édite environ chaque semaine une Newsletter qui donne toutes les informations sur la vie de la commune. Cette Newsletter est communiquée uniquement par mail sur accord

expresse du destinataire, merci de nous indiquer dans le coupon-réponse ci-dessous votre demande d'abonnement (gratuit) à la Newsletter.



## Coupon-réponse

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Téléphone : .....

Adresse mail : .....

J'accepte de recevoir uniquement par mail le Vivre Senior :  OUI  NON

Je demande l'abonnement gratuit à la newsletter de la Ville qui me sera envoyée par mail :

OUI  NON

Les informations recueillies sur ce formulaire sont enregistrées dans un fichier informatisé par la Ville de Morsang-sur-Orge pour communiquer par le biais de newsletter ou de courriers d'informations. La base légale du traitement est l'exécution d'une mission d'intérêt public. Les données collectées seront communiquées aux seuls destinataires suivants : Mairie de Morsang-sur-Orge. Les données sont conservées pendant 3 ans. Vous pouvez accéder aux données vous concernant, les rectifier, demander leur effacement ou exercer votre droit à la limitation du traitement de vos données. Consultez le site [cnil.fr](http://cnil.fr) pour plus d'informations sur vos droits. Pour exercer ces droits ou pour toute question sur le traitement de vos données dans ce dispositif, vous pouvez contacter le service chargé de l'exercice de ces droits : [dsi.morsang@ville-morsang.fr](mailto:dsi.morsang@ville-morsang.fr), Ville de Morsang-sur-Orge, Square Alexandre Christophe, 01.69.25.39.00. Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits « Informatique et Libertés » ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL.