

Communauté de Communes



CIAS

Centre Intercommunal d'Action Sociale  
27, rue du Mont - 55260 Villotte sur Aire

Contacts

03 29 75 03 26

poleseniors@cc-aireargonne.fr

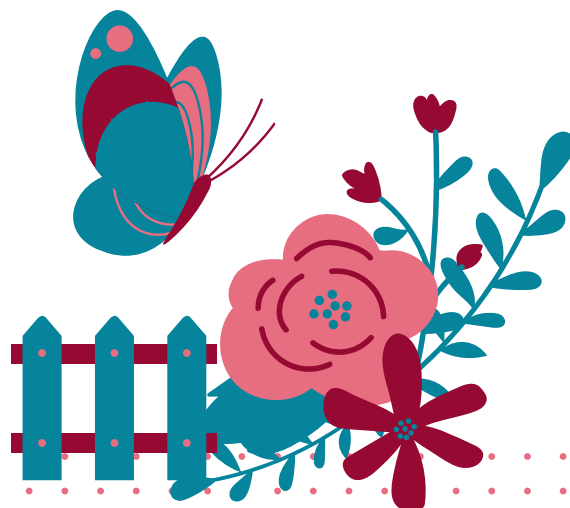
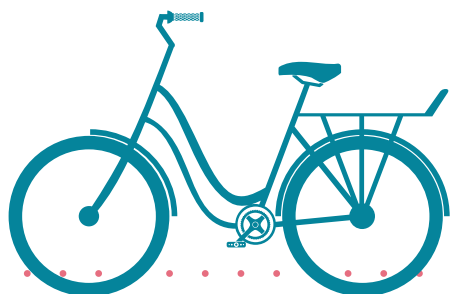


MAI - JUIN 2023

# L'AIRE DU TEMPS



LE JOURNAL DES SENIORS DE LA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE L'AIRE A L'ARGONNE





## LE MOT DE LA VICE-PRÉSIDENTE EN CHARGE DE LA COHÉSION SOCIALE ET DE L'ÉQUIPE DU CIAS



Après 3 années de silence lié au contexte sanitaire, le pôle seniors du CIAS De l'Aire à l'Argonne reprend un nouveau souffle.

Nous avons pu échanger avec les différentes associations, clubs seniors, et aînés du territoire pour connaître vos besoins et ainsi définir nos projets d'animations pour l'année 2023.

Pour cela, nous avons organisé une réunion à la salle polyvalente des Hauts de Chée le 2 mars, au cours de laquelle nous avons échangé sur vos attentes, ce qui avait été fait avant et ce qui pourrait être mis en place (covoiturage, navette pour les seniors dans les villages, animations intergénérationnelles avec les résidents des EHPAD...).

Les animations vont débuter au mois de mai avec les beaux jours et se poursuivront tout au long de l'année.

Nous espérons vous retrouver nombreuses et nombreux, en pleine forme, et nous remercions toutes les personnes qui ont participé à nos rencontres, aux ambassadeurs pour la distribution du journal et à toutes celles et ceux qui soutiennent la reprise du pôle seniors du CIAS De l'Aire à l'Argonne.



## LE SOMMAIRE

- P. 2** Le mot de la Vice-présidente
- P. 2** Rétrospective du premier trimestre 2023
- P. 3** Actualités et Informations utiles
- P. 3** Coupon réponse pour l'inscription
- P. 4** L'agenda des sorties

**Directrice de la publication :** La Vice-présidente en charge du CIAS De l'Aire à l'Argonne

**Réalisation :** Service Communication de la Codecom De l'Aire à l'Argonne

**Impression :** Imprimerie de l'Encre

**Crédits photos :** Codecom De l'Aire à l'Argonne

**Tirage :** 1000 exemplaires



## RETROSPECTIVE DU PREMIER TRIMESTRE 2023

**Rencontres intergénérationnelles** entre les résidents des EHPADs Les Eaux Vives et les enfants du Mercredi Récréatif.

Le 18 janvier 2023, c'est à l'EHPAD de Seuil d'Argonne que les enfants ont pu partager une activité autour du thème de l'Épiphanie avec les résidents.

Découpe, collage, port de couronne et recherche de la fève !

S'en est suivie une deuxième rencontre, le 8 février 2023, à Pierrefitte-sur-Aire pour faire travailler la mémoire et les sens tout en s'amusant.

Enfin, une retrouvaille entre les plus jeunes et les moins jeunes pour fêter le Carnaval a eu lieu le 8 mars à Pierrefitte sur Aire.



**Les ateliers Connect'âge par l'association « ALYS »**

L'association Alys est venue sur le territoire pour proposer aux seniors des ateliers de découverte de la tablette tactile.

Pendant 5 séances de deux heures, les personnes ont pu manipuler et apprendre à utiliser cet outil numérique. Les ateliers se sont déroulés en parallèle sur les sites de Villotte-sur-Aire et Beausite.

Au total 11 personnes ont bénéficié de ces ateliers. L'expérience devrait pouvoir se renouveler d'ici la fin d'année 2023. Plus d'informations à venir !



**Le CIAS De l'Aire à l'Argonne à la rencontre des seniors du territoire**

Le 2 mars 2023, à la salle des fêtes de Condé en Barrois, les seniors du territoire ont échangé ensemble pour la mise en place des animations, en lien avec le pôle Seniors de la collectivité sur l'année 2023.

Lors de cette réunion, Madame Dania Klein, Vice-présidente en charge de la cohésion sociale a fait part de la volonté de la collectivité de relancer les activités à destination des seniors et les membres du CIAS en ont profité pour se présenter.

Ensuite, par petits groupes, les seniors ont été amenés à réfléchir collectivement sur leurs attentes et besoins.

Enfin l'ensemble des participants a partagé un café-brioche dans la joie et la bonne humeur.



## LES ACTIVITES PROPOSEES PAR LE POLE SENIORS

Pour relancer sa dynamique, le pôle Séniors vous propose deux temps:



**Jeudi 11 mai à 14h** : une marche de 3 km sur un parcours Vent des Forêts afin de découvrir ensemble les œuvres tout en profitant de la forêt. L'après-midi s'achèvera par un moment convivial au café de Lahaymeix.



**Mardi 16 mai à 14h** : un après-midi pétanque à Evres où les experts pourront initier les débutants et s'affronter lors d'un mini tournoi. Nous vous invitons à apporter vos boules de pétanque. Les rafraîchissements seront offerts.

## LE SPORT, UN ALLIÉ POUR LA SANTÉ !

Voici tout l'enjeu que s'est donné le collectif Aire Argonn'Mouv, composé d'acteurs du territoire De l'Aire à l'Argonne agissant dans le domaine du Sport-Santé.

En partenariat avec la Communauté de Communes De l'Aire à l'Argonne, le collectif propose trois temps forts à destination des séniors du territoire.

Lors de ces après-midis, vous aurez l'occasion de danser, de parler « Nutrition » et de découvrir des pratiques « Bien-être » comme le yoga et la biokinésie.

Ces ateliers sont gratuits et ouverts à toutes personnes âgées de plus de 60 ans. L'inscription est conseillée car le nombre de places est limité.



POUR PLACER L'ACTIVITÉ PHYSIQUE AU SERVICE DU BIEN VEILLIR

## LES APRÈS-MIDIS SANTÉ

**AU PROGRAMME :**

DANSE SENIORS      NUTRITION SANTÉ  
BIEN-ÊTRE (YOGA ET BIOKINÉSIE)



**LUNDI 5 JUIN 2023 À COURCELLES SUR AIRE**  
**MARDI 6 JUIN 2023 À SEUIL D'ARGONNE**  
**LUNDI 12 JUIN 2023 À VILLOTTE SUR AIRE**

(Salles des fêtes)

INFORMATION ET INSCRIPTION AUPRÈS DU PÔLE SENIORS  
DU CIAS DE L'AIRE À L'ARGONNE AU 03 29 75 06 22

PLACES LIMITÉES (15 PLACES PAR DATE)

**GRATUIT**



Asalée  
ACT  
Centre Équilibre  
Communauté de Communes Aire Argonne

## FRANCE SERVICES, QU'EST CE QUE C'EST ?

C'est un service ouvert à tous, gratuit, pour vous accompagner dans vos démarches administratives comme par exemple :

- ✓ Demande de carte d'identité, renouvellement du permis de conduire,
- ✓ Demande d'allocations logement ou tout autre demande auprès de la CAF ou de la MSA,
- ✓ Aide pour compléter un dossier de demande de retraite,
- ✓ Demandes d'aides à l'amélioration de l'habitat,
- ✓ Assistance pour vous aider à remplir votre avis d'imposition ou faire une démarche en ligne concernant vos impôts.

Et bien d'autres encore ! France services c'est une offre de proximité, à moins de 20 km de chez -vous.

Il suffit d'appeler le point France services le plus proche de chez vous pour obtenir un rendez-vous.



**Beausite** : Du lundi au vendredi ☎ 8h30 - 12h00 ☎ 03 29 70 61 17

**Villotte sur Aire** : Du lundi au Vendredi ☎ 9h00 à 12h00 / 13h30 à 17h00 ☎ 03 29 75 06 22



# MAI



**AGENDA**  
DES SORTIES



| LUNDI                                                    | MARDI                                  | MERCREDI                               | JEUDI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | VENDREDI | SAMEDI                                              | DIMANCHE                                                                                             |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                        | 2                                      | 3                                      | Marche ACT<br>Dommartin<br>14h45 (1) 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 5        | 6                                                   | Sid'érants<br>Seuil d'Argonne<br>Exposition de vieilles<br>voitures<br>10h à 12h<br>Tours gratuits 7 |
| 8                                                        | 9                                      | 10                                     | Marche Circuit<br>3 km Vents des<br>Forêts + Café<br>14h 11                                                                                                                                                                                                                                                                            | 12       | Cinéma<br>Salle des fêtes<br>Triaucourt<br>20h30 13 | 14                                                                                                   |
| Gym douce<br>Louppy le<br>Château<br>16h45<br>à 17h45 15 | Tournoi<br>pétanque<br>Evres<br>14h 16 | Marche ACT<br>Beaulieu<br>14h30 (1) 17 | 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 19       | 20                                                  | Marche ACT<br>Beaulieu (2)<br>Départ entre 8h<br>et 10h 21                                           |
| Gym douce<br>Louppy le<br>Château<br>16h45<br>à 17h45 22 | 23                                     | 24                                     | Marche ACT<br>Beaulieu<br>14h15 (1) 25                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 26       | 27                                                  | Brocante<br>Seuil d'Argonne<br>Place de l'église<br>Baptême Side-Car<br>Restauration<br>sur place 28 |
| Gym douce<br>Louppy le<br>Château<br>16h45<br>à 17h45 29 | 30                                     | 31                                     | (1) Parking mairie. Covoiturage possible à TRIAUCOURT à 14h<br>(2) Parking de l'abbaye<br>(3) Parking de la butte<br>(4) Parking de l'étang. Covoiturage possible à Triaucourt à 14h<br>(5) Parking pique-nique. Covoiturage possible à Triaucourt à 14h<br>(6) Parking du centre de vacances. Covoiturage possible à Triaucourt à 14h |          |                                                     |                                                                                                      |

**ACT Contact : Monsieur JEANNESON - ☎ 06 87 57 99 40**

# JUIN



| LUNDI                                                       | MARDI                                                           | MERCREDI | JEUDI                                             | VENDREDI                                                           | SAMEDI                                              | DIMANCHE |
|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------|
|                                                             |                                                                 |          | Marche ACT<br>Vauquois<br>9h15 (3) 1              | 2                                                                  | 3                                                   | 4        |
| Atelier Sport<br>Santé<br>Triaucourt<br>(14h-17h) 5         | Atelier Sport<br>Santé<br>Courcelles sur<br>Aire<br>(14h-17h) 6 | 7        | Marche ACT<br>Belval en<br>Argonne<br>14h15 (4) 8 | 9                                                                  | 10                                                  | 11       |
| Atelier Sport<br>Santé<br>Villotte sur Aire<br>(14h-17h) 12 | 13                                                              | 14       | Marche ACT<br>Châttrices<br>14h30 (5) 15          | 16                                                                 | Cinéma<br>Salle des fêtes<br>Triaucourt<br>20h30 17 | 18       |
| Gym douce<br>Louppy le<br>Château<br>16h45<br>à 17h45 19    | 20                                                              | 21       | Marche ACT<br>Le Der<br>9h15 (6) 22               | Fête de la<br>musique<br>Ecole Triaucourt<br>à partir<br>de 20h 23 | 24                                                  | 25       |
| Gym douce<br>Louppy le<br>Château<br>16h45<br>à 17h45 26    | 27                                                              | 28       | Marche ACT<br>Vaubecourt<br>14h15 (1) 29          | 30                                                                 |                                                     |          |