



Le CCAS

Première réunion du CCAS le 13 Mai.

L'ensemble des membres a été accueilli par le Maire qui officialise cette instance.

Après la présentation de chaque personne, Jeannine Druot explique le rôle, les missions et la composition du Conseil d'administration.

Le Maire propose la nomination de Jeannine Druot comme Vice-présidente acceptée par l'ensemble des personnes présentes.

Les échanges furent positifs ; de nombreuses idées ont émergé et seront reprises lors de prochaines réunions.

Composition du Conseil d'administration :

Président

Jean-Marc Bousset Maire

Vice Présidente

Jeannine Druot Adjointe

Conseiller(e)s Municipaux

Agnès Bas

Nadine Burlaud

Marie-Agnès Guezet

Annie Prod'homme

Claude Richard

Personnes représentant les associations ou présence à titre personnel :

Sandra Arbez, Jacqueline Aubry, Lucienne Brazzorotto, Julie Jacquot, Bernadette Salomon, Monique Tissot, Alain Vautrin.

Les réunions de quartiers

Au nombre de trois en Septembre, en présence du maire et d'une grande partie du conseil municipal celles-ci ont permis de réunir une centaine d'Appuliennes et Appuliens.

Après un rappel de nos projets, Jean-Marc Bousset énumère ce qui est réalisé, ce qui le sera à court terme et au-delà (travaux rue de l'école, bassin de rétention, aménagement de l'aire de jeux...).

Les interrogations très importantes sur l'ensemble géographique de la commune portent sur la sécurité et le non respect des règles : vitesse excessive, voitures garées sur les trottoirs.



Réunion du 19 septembre 2014, explication de Bernard Maisse 1^{er} adjoint



Réunion du 20 septembre 2014



Jean marc Bousset, Patrice Jégo et jeannine Druot



Les échanges se sont terminés par le verre de l'amitié .

Les réunions de quartiers

Samedi 13 juin 2015

à 10h30 derrière la salle des fêtes (en cas de pluie Mairie), le Centre du village, la Perrouse, le Clos des Vignes, le Crousot, les Vignes du Moulin, Champs du Crai, le Village, le Clos des sources, les Vergers du puits, la rue des Vignes, la rue de Masson, la rue du Repos.

Samedi 20 juin 2015

à 10h30 sur le parking de la Trésorerie, La Maletière, la Grosse Aige, la Chaille.

Samedi 27 juin 2015

à 10h30 sur le terrain de boules du Coteau (en cas de pluie Mairie), le Coteau, la Pommeraie, le Pré du Ris, Beauregard, Horizon III, la Vigneraie.



Si vous êtes absent lors de la réunion de votre quartier vous pouvez venir à une autre date car les informations sont bien souvent identiques.

Lutte contre l'insécurité routière.

La politique de lutte contre l'insécurité routière comporte trois volets : le volet répressif, c'est le contrôle des infractions ; le volet informatif et entre autre la possibilité de consulter son solde de points sur internet, et le volet pédagogique constitué des stages de sensibilisation au risque routier.

Le volet informatif :

Depuis 2009, les conducteurs peuvent accéder à leur solde de points en se connectant sur le site sécurisé **www.telepoints.info**.

Cette information gratuite est importante pour tous les titulaires d'un permis de conduire quelle que soit sa catégorie.

Le volet pédagogique :

Les stages de sensibilisation au risque routier, dits "stages de récupération de points" sont un rendez-vous citoyen pour tous ceux qui partagent l'espace routier et qui souhaitent conserver leur permis de conduire à l'issue d'infractions répétées.

Des stages sont régulièrement organisés à proximité de notre village.

Vous trouverez l'accès direct, en temps réel, aux places de stages dans votre région à l'adresse mail suivante :

www.stage-recuperation-points.com



GARAGE GERDY
Père et Fils
Mécanique - Carrosserie - Peinture
42, rte de Lausanne 25115 POUILLEY LES VIGNES
Tél. 03 81 58 00 29 - Fax 03 81 59 07 82

Le petit coquelicot
Artisan Fleuriste
Centre Commercial - 25115 POUILLEY-LES-VIGNES
☎ 03 81 58 07 99
4, route de Bonnay - 25870 DEVECEY
☎ 03 81 56 89 94
4, rue Combe du Puits - 25480 ECOLE VALENTIN
☎ 03 81 60 90 97
Livraison gratuite dans la commune du magasin concerné à distance

Le petit coquelicot
Artisan Fleuriste
Une entreprise familiale à votre service depuis 1984

ACTIVITÉS DU CCAS :

Mise en place de trois après-midi de remise à niveau des conducteurs à partir de 55 ans.

Les 11 juin, 24 septembre et 05 novembre, 45 personnes sont venues en Mairie actualiser leurs connaissances du code de la route. Les deux bénévoles de la prévention routière ont projeté une vidéo sur écran avec photos et propositions de réponses.

3 heures de questions /réponses où les participants ont pu réactualiser leurs connaissances, découvrir de nouveaux panneaux et surtout obtenir des réponses à leurs inquiétudes.

Toutes et tous ont apprécié cette remise à niveau.

Lors d'un CCAS élargi les communes voisines seront invitées et recevront la responsable de l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé qui nous parlera du PPAPA : Programme de Préservation de l'Autonomie des Personnes Agées de Franche Comté (Santé globale, Nutrition, Mémoire, Equilibre et Prévention des chutes, Sommeil..) afin que nous réfléchissions sur l'un des sujets à inscrire et à mettre en place prochainement.



LA RONDE DE L'ESPOIR

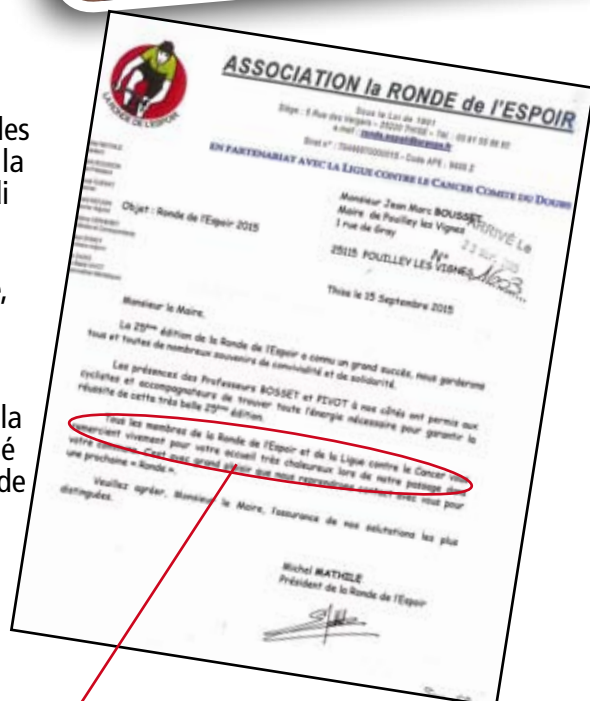


Les membres du conseil municipal ont accueilli les cyclistes dans la cour de la mairie dès 8h45 vendredi 04 septembre 2015.

Ils leur ont proposé café, jus de fruits et gâteaux secs.



Un chèque de la part de la Municipalité a été déposé dans l'urne de la Ronde de l'espoir.



Extrait

"Tous les membres de la Ronde de l'Espoir et de la Ligue contre le Cancer vous remercient vivement pour votre accueil très chaleureux lors de notre passage dans votre commune."

Pour la 44^{ème} édition de l'Opération Brioches, les élus du Conseil municipal et du CCAS se sont investis aux côtés de l'Association ADAPEI en octobre dernier. Présents au super U, ils ont rencontré la population de Pouilley et des alentours pour offrir la traditionnelle brioche de l'amitié. Cette action a rencontré un franc succès et ce n'est pas moins de 3 206 € (2800 € en 2014), qui ont été récoltés.

LES RÉUNIONS DE QUARTIERS

Les samedis 13, 20 et 27 Juin Jean-Marc Bousset Maire de la commune et une grande partie des membres du Conseil municipal ont animé ces matinées rappelant l'avancement des projets, et expliquant les difficultés liées au financement, en raison de la baisse des dotations de l'Etat. Toutes et tous ont été attentifs aux questions et à l'écoute des Appuliennes et Appuliens venus en grand nombre à ces rencontres.

Ces instants privilégiés sont appréciés car ils permettent de s'informer sur la vie du village. Les échanges se sont poursuivis autour du verre de l'amitié.



FÊTE DU 14 JUILLET

La soirée dansante s'est déroulée le 13 Juillet au soir à Pouilley-les-Vignes.

Dès 15 heures, les personnes disponibles du Conseil Municipal et du Comité des fêtes installaient les tables, les bancs, préparaient le feu et confectionnaient les lampions pour nos jeunes Appuliennes et Appuliens.

La météo étant très favorable, nous avons accueilli environ 300 personnes.

La restauration avec frites/petites saucisses et/ou merguez a bien fonctionné ainsi que les stands de boissons. Vers minuit s'est déroulée une promenade aux flambeaux dans le centre du village avec les enfants qui étaient très fiers de tenir leurs lampions.

Le DJ a entraîné un grand nombre de danseurs jusqu'à une heure avancée de la nuit.

Soirée réussie, très bonne ambiance qui ne demande qu'à être renouvelée le 13 Juillet 2016.



JOURNÉE DU PATRIMOINE

La journée du patrimoine s'est tenue le dimanche 20 septembre.

Marcel Sugny et quelques membres du conseil municipal ont accueilli une trentaine de personnes qui ont visité les batteries 1 et 4.

Vous trouverez de plus amples renseignements sur le site de Pouilley-les-Vignes, ou bien en contactant l'association AVALFORT.

avalfort.gb@gmail.com



ACTIVITÉS DU CCAS : POUR GARDER UN BON ÉQUILIBRE



Ce jeudi 31 Mars en Mairie, le CCAS de la commune, avait invité les habitants de Pouilley-les-Vignes ainsi que ceux des villages environnants, à une réunion d'information, concernant la Préservation de l'Autonomie des Personnes Agées.

Roberte Cressier, responsable de la mise en place de ces actions sur le Doubs, et Mme VALEUR du comité départemental EPGV 25/90 (Education Physique et Gymnastique Volontaire pour les départements du Doubs et territoire de Belfort)) ont animé cette réunion.

Le PPAPA (Préservation de l'Autonomie des Personnes Agées) vise à apporter les ressources nécessaires pour adopter des comportements favorables afin de préserver sa santé.

Quand on dit santé on pense souvent : absence de maladie.

Roberte Cressier a démontré que la santé était un état de bien-être com-

plet, (physique, mental et social.) Elle a aussi rappelé qu'en France plus de 12 millions de personnes ont plus de 60 ans et qu'en Franche-Comté 4500 participent chaque année à des ateliers ou à des conférences animées par des professionnels ou des bénévoles.

Plusieurs sujets ont été abordés : la nutrition, la mémoire, le sommeil...

Le choix de l'atelier Equilibre et prévention des chutes avait été retenu en Février 2015 lors d'un CCAS où avaient été conviés les responsables d'associations locales et les élus des communes environnantes.

En France, on dénombre 2 millions de chutes par an chez les personnes de plus de 65 ans.

Mme VALEUR, responsable de cet atelier, a proposé aux personnes présentes un programme d'entretien et de stimulation à travers des ateliers équilibre répartis en douze séances (un par semaine). Ils ont pour but d'améliorer son équilibre, de conserver sa mobilité, de reprendre confiance en soi, de cibler ses besoins et de proposer des activités physiques adaptées. Ils sont conduits par des professionnels du sport, qualifiés et formés à cette animation particulière.



Les personnes présentes ont été très intéressées par les différents sujets évoqués. 14 personnes sont inscrites, 13 femmes et 1 homme : 11 de Pouilley les Vignes, 1 de Champvans les Moulins, 1 de Serre les Sapins, 1 de Miserey les Salines.



Les tranches d'âge vont de 60 à plus de 85 ans.

Le coût est de 24€ pour les 12 séances, (les mutuelles prenant en charge une grande partie du montant des prestations).

Le 1^{er} atelier s'est tenu le 04 avril à la mairie où chacun a effectué une batterie de tests qui permettront à Virginie de préparer les futurs ateliers. Ils se termineront le lundi 11 juillet 2016.



RÉUNION DE QUARTIER



Réunion de quartier : la Grosse-Aige et la Maltière

Samedi 10 Septembre pour la dernière réunion de quartier (les deux autres ayant eu lieu au mois de juin par un temps maussade..), le soleil s'est invité ce qui a permis à une trentaine de personnes de se réunir sous les Vitabris.



Le Maire et ses adjoints ont donné des explications sur les projets en cours et à venir. Les Appuliens ont pu faire part de leurs interrogations.

A l'issue de la réunion le verre de l'amitié a été offert.

Ces réunions sont un moment très important dans la vie de notre village. Elles permettent des échanges très fructueux entre les habitants et les élus, dans une ambiance conviviale.



REPAS DES ANCIENS



Le repas offert par la commune le dimanche 25 septembre à la salle des fêtes du village, a régalé les 120 personnes qui ont répondu à l'invitation.

Les convives, accueillis par le Maire, ont été servis par plusieurs conseillers municipaux et leurs conjoints.

Les intermèdes musicaux qui se sont succédé entre les plats ont fait danser les couples au rythme des valse, tangos,

Les seniors ont passé une bonne journée



marches et danses en ligne tel que le madison .

Les réactions de fin d'après-midi et les messages reçus en mairie montrent que cette journée est toujours très appréciée.

Rendez-vous le dimanche 24 septembre 2017 !



La commune n'oublie pas "les Anciens" qui n'ont pu être présents. Les colis de Noël seront distribués en Décembre par les conseillers municipaux pour : 55 personnes seules, 23 couples et les résidents de la maison Ages et Vie.

LES INFOS DU CCAS

Participation à l'opération « Vente de Brioches pour l'ADAPEI les 7-8 et 9 octobre 2016.

Merci aux membres du CCAS, du conseil municipal ou aux Appuliennes qui ont donné de leur temps pour la vente des brioches au Super U.

Le résultat est très positif : 544 brioches vendues.

Mr Bez responsable, est très satisfait et pense qu'il faut continuer car il y avait une très belle équipe et un beau résultat. Nous sommes donc encouragés à poursuivre l'année prochaine.



Conférence-débat le 17 novembre à la Mairie : La NUTRITION

Animée par Marie-Pierre Julien-Clairet

Permettre à l'être humain, grâce à une nourriture adaptée, de vivre le plus longtemps possible en bonne santé. A partir de 55 ans, l'organisme change et ses besoins nutritionnels aussi. Il importe d'en tenir compte pour ne pas s'exposer à des déficits dommageables pour la santé. La nutrition peut influencer favorablement le vieillissement naturel, améliorer la qualité de vie et réduire l'incidence de certaines pathologies liées à l'âge. Il n'y a pas de bons ou de mauvais aliments. Certains sont à privilégier, d'autres à limiter, mais chacun peut trouver sa place dans les différents repas afin de permettre de concilier plaisir de manger et santé. 32 personnes étaient présentes dont 4 messieurs.

Conférence appréciée par l'ensemble ; après-midi riche en échanges et l'atelier du 05 décembre a été très vite complet.



Exposé de Marie-Pierre Julien-Clairet



Une assemblée attentive

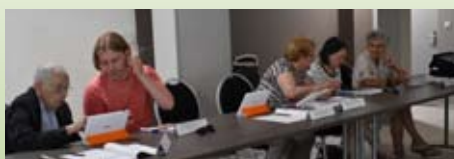


LES INFOS DU CCAS

Dans la continuité de son action auprès des personnes de plus de 55 ans, des échanges avec ELIAD Prévention ont permis la mise en place d'Ateliers MEMOIRE.

Les objectifs de cette action sont les suivants :

- Entretenir sa mémoire à partir d'une méthode amusante et ludique sur tablette tactile.
 - Rompre l'isolement des Personnes Agées à domicile et recréer du lien social en périphérie du domicile tout en favorisant les échanges intergénérationnels.
 - Prévenir le vieillissement par le jeu et des animations ludiques et novatrices .
- 10 Personnes de Pouilley les Vignes sont inscrites et ont commencé le 23Mai 2017 la série des 6 ateliers (le mardi de 9h30 à 11h30) ; si cette première séance a été quelque peu déroutante les ateliers suivant ont permis pour chacun d'entre eux :
- un entraînement des fonctions cognitives grâce à l'utilisation d'une méthode intuitive et ludique,
 - l'appropriation des outils numériques,
 - la personnalisation de l'atelier pour chaque participant



Conférence organisée le 22 mai pour informer des dangers du soleil ! avec l'aimable participation du Docteur Fabien Pelletier



Réunion d'information organisée par la Fredon (Fédération Régionale de lutte contre les Organismes Nuisibles) à Pouilley-les-Vignes le vendredi 19 mai 2017.

Bertille Verguet chargée de mission à la Fredon a animé cette conférence expliquant les méfaits de l'utilisation des pesticides dans son jardin ou sa pelouse. Il sera interdit de les utiliser pour les particuliers en 2019.

Elle a présenté et argumenté, par de nombreux exemples, les possibilités pour se prémunir des mauvaises herbes, par exemple ne pas couper trop court sa pelouse de façon à ce que celle-ci étouffe la croissance des herbes indésirables. Dans tous les cas, aucune solution miracle n'existe, il faut beaucoup d'huile de coude pour ne pas polluer nos nappes phréatiques.

ET LA COMMUNE QUE FAIT-ELLE ?

Les produits phyto

Pour les collectivités, l'interdiction des pesticides est effective depuis le 01 janvier 2017. Par anticipation la commune a souhaité interdire totalement l'utilisation de ces types de produits nocifs avant l'interdiction totale car il existait certaines dérogations.

Tonte du domaine communal

Après l'étude de la FREDON, un planning a été proposé afin d'espacer les périodes de tonte sur les espaces publics non prioritaire. C'est pour cela que certains secteurs de la commune seront tondus moins souvent que d'autres. Les questions ont été nombreuses et les personnes présentes ont pu échanger sur ce sujet.



voir aussi l'article page 8

LES RÉUNIONS DE QUARTIERS

Au nombre de trois en Septembre, la 1^{ère}, malgré un temps hivernal, s'est déroulée devant la Trésorerie et les 2 autres en salle de Conseil Municipal.

Après les informations concernant les transferts de compétences à la Communauté d'Agglomération du Grand Besançon ainsi que le futur projet de la Communauté Urbaine, Jean-Marc Bousset et Bernard Maisse ont rappelé les réalisations faites sur la commune et celles à venir (groupe scolaire, travaux d'assainissement et de voiries, aménagement d'une aire de jeux à la Grosse Aige...)

Lors de ces rencontres, les interrogations très importantes ont porté essentiellement sur la sécurité et le non-respect des règles civiques : vitesse excessive, voitures stationnées sur les trottoirs, sacs poubelles ou débris déposés sur l'espace public, au Mont ou au pied des poubelles communales ...

Les échanges se sont poursuivis autour du verre de l'Amitié.



*Les prochaines réunions
auront lieu les 2, 9
et 16 juin 2018.*

Bienvenue

LES NOUVEAUX HABITANTS ACCUEILLIS PAR LA MUNICIPALITÉ



A l'invitation de Jean-Marc Bousset, maire, et de l'équipe municipale six familles se sont retrouvées en mairie.

Après la présentation du village et les projets en cours et à venir le maire a présenté les élus en précisant les responsabilités et engagements de chacun.

Mais c'est autour du verre de l'amitié que les élus et les nouveaux Appuliens ont fait plus ample connaissance.





Le CCAS qui a pour première vocation de renseigner et d'aider les personnes en difficulté remplit son rôle lors de la crise sanitaire. Les membres du CCAS se sont mis à la disposition des Appuliens seuls ou malades qui n'ont pas la chance d'avoir leur famille sur place ou des voisins serviables pouvant faire leurs courses (alimentaire, pharmacie).

Une mutuelle santé accessible à tous les habitants de notre commune a été mise en place.

Elle permet à chacun de bénéficier de tarifs, négociés par le groupe Actiom dans le cadre du dispositif «ma commune -ma santé». Des permanences avec un conseiller mutuelle ont déjà eu lieu au mois d'octobre. Pour s'inscrire il faut prendre rendez-vous à la mairie. Lors de la permanence le conseiller étudiera vos garanties et trouvera la solution la mieux adaptée à vos besoins.

Les ateliers «Bons-jours» sont de retour.

Une première session intitulée « en voiture je me rassure », organisée par la mutualité de Bourgogne Franche - Comté et la prévention routière, a été très appréciée par les participants. Elle leur a permis de conforter leurs connaissances et de se sensibiliser à l'évolution des infrastructures.



Gymnastique adaptée

Professions sport et les financeurs du Doubs, dans le cadre de la prévention à l'autonomie des seniors, ont permis à un groupe de 15 personnes de bénéficier de séances de gymnastique adaptée (et marche). Devant le succès rencontré, de nouvelles séances auront lieu de janvier à fin avril 2021.

Renseignements et inscriptions en mairie.

L'atelier « Question de sens » aura lieu de janvier à mars 2021, à la Mairie :

Séances	Dates	Intervenants
Séance 1 : Tour d'horizon sur la santé globale. - Présentation et inscription. - Photolangage autour de la santé.	Lundi 11 Janvier De 14h00 à 16h00	Coordonnateur Animateur
Séance 2 : M'as-tu vu ? - Santé visuelle. - Echanges autour d'une présentation sur la santé visuelle. - Test individuel : vue, acuité visuelle et conseils personnalisés. - Quiz.	Lundi 18 Janvier De 14h00 à 16h00	Opticien Animateur
Séance 3 : Allô, j'écoute ? - Santé auditive. - Echanges autour d'une présentation sur la santé auditive. - Quiz et présentation des dépistages gratuits.	Lundi 25 Janvier De 14h00 à 16h00	Animateur
Séance 4 : Au plaisir des sens - Goût, odorat et plaisir de manger. - Le rôle des 5 sens dans l'alimentation. - Dégustation. - L'hygiène bucco-dentaire.	Lundi 1 février De 14h00 à 16h00	Diététicienne Animateur
Séance 5 : L'amour à tous les âges - Sens du toucher. - Le sens du toucher : définitions, lien avec l'avancée en âge et l'estime de soi. - Initiation à l'automassage. - Abaque de Régnier : l'amour à tous les âges. - Témoignages, analyse.	Lundi 22 février De 14h00 à 16h00	Intervenant Animateur
Séance 6 : Objectif santé ! - Définition de la santé et du changement de comportement. - Elaboration d'un objectif santé.	Lundi 1 mars De 14h00 à 16h00	Animateur
Séance 7 : Rétrospectivement vôtre. - Bilan sous forme de quiz. - Bilan de l'objectif santé. - Goûter santé.	Lundi 8 mars De 14h00 à 16h00	Animateur

Renseignements
et inscription en mairie.

***Nous vous rappelons que le CCAS est à votre écoute,
n'hésitez pas à téléphoner à la mairie pour un rendez-vous***

Ma Mutuelle Ma Santé :

De nombreux Appuliens ont adhéré à une mutuelle santé proposée par le groupe AXIOME mandaté par la commune. Tout au long de l'année, vous pouvez prendre rendez-vous en mairie et un conseiller vous orientera vers une mutuelle « de groupe » la mieux adaptée à votre situation. Cette étude est accessible à tous les habitants de la commune et permet de faire des comparatifs entre les différentes mutuelles (tarifs, protections).

N'hésitez pas à prendre rendez-vous en mairie 03 81 55 40 31.

CCAS



Divers ateliers à destination des personnes de plus de 60 ans ont été proposés.

Marche et gymnastique adaptée : Devant le succès rencontré par le premier atelier, une deuxième session a été créée mais, en raison de la situation sanitaire, elle a dû être annulée. Le CCAS espère que cette activité reprendra bientôt ...

Prévention routière : ateliers « bons jours » les premières séances ont eu lieu, stoppées en raison de la crise sanitaire, les dernières sessions ont pu reprendre début juin.

Atelier bien-être : dans le cadre des ateliers « bons jours » un atelier téléphonique a pu voir le jour. Un groupe restreint a apprécié la thématique proposée par une naturopathe autour du bien-être et de la santé.

Des ateliers en ligne peuvent aussi être mis en place.

Le CCAS ne manquera pas de vous proposer de nouvelles activités où vous pourrez vous retrouver en présentiel lorsque les conditions le permettront. L'information est diffusée sur Intramuros et nous vous rappelons que la mairie est à votre disposition pour tout renseignement concernant ces ateliers.



Colis de Noël pour les plus de 75 ans

Le repas de septembre ayant été annulé, la commune a distribué des « colis de Noël » à l'ensemble des personnes de plus de 75 ans. Les 135 colis ont été particulièrement appréciés cette année.

VOICE ACCESS

Vous avez du mal à vous servir d'un écran tactile (en raison d'une paralysie, de tremblements ou encore d'une blessure, ou bien d'un problème de vue). L'application Voice Access pour Android vous permet de contrôler votre appareil à l'aide de commandes vocales. Utilisez votre voix pour ouvrir des applications, naviguer et modifier du texte sans l'aide de vos mains. .

Voice Access propose de nombreuses commandes vocales :

- Fonctionnalités de navigation de base (par exemple, « revenir en arrière », « retourner à l'écran d'accueil », « ouvrir Gmail »)

Contrôle des éléments de l'écran actuel (par exemple, « appuyer sur Suivant », « défiler vers le bas »)

Édition et dictée de texte (par exemple, « saisir bonjour », « remplacer café par thé »)

Voice Access comprend également un tutoriel présentant les commandes vocales les plus courantes (démarrer Voice Access, appuyer, faire défiler la

page, édition de texte basique et obtenir de l'aide).

Sur votre téléphone portable, recherchez «Voice Access» sur «Play store» et cliquez sur «Installer».

C'est gratuit !





Ma Mutuelle :

De nombreux Appuliens ont adhéré à une mutuelle santé proposée par le groupe AXIOME mandaté par la commune. Tout au long de l'année, vous pouvez prendre rendez-vous en mairie et un conseiller vous orientera vers une mutuelle « de groupe » la mieux adaptée à votre situation. Cette étude est accessible à tous les habitants de la commune et permet de faire des comparatifs entre les différentes mutuelles (tarifs, protections).

N'hésitez pas à prendre rendez-vous en mairie 03 81 55 40 31.



ATELIERS « BONS JOURS » : LA NUTRITION, OÙ EN ÊTES-VOUS ?

Les séances ont débuté en octobre à la grande satisfaction de tous les participants. En effet ceux-ci ont pu prendre conscience de l'impact de la nutrition sur la santé (prévention de la maladie et amélioration de certaines pathologies). L'atelier est animé par une diététicienne.

D'autres ateliers « Bons jours » vous seront proposés au cours de l'année prochaine, en particulier « Questions de sens » à compter du 24 janvier. Renseignements et inscriptions en mairie.



MARCHE ET GYMNASTIQUE ADAPTÉES : Un succès toujours grandissant.

Un groupe de 15 personnes profite des conseils d'un coach spécialisé en gymnastique adaptée pour les personnes de plus de 60 ans, le sport et la marche étant bénéfiques pour tous.

Nous reconduirons cette activité de janvier à juin 2022 et poursuivrons au cours des années suivantes.

Vous pouvez retrouver les intitulés et les dates des activités sur l'application intramuros et bien sûr en téléphonant à la mairie.

*Les aînés ne sont pas oubliés.
Le conseil municipal a décidé de reconduire la distribution des colis de Noël courant décembre et janvier.*





Ma Mutuelle Ma Santé :

Le dispositif est toujours actif. Il vous suffit de téléphoner à la mairie pour prendre rendez-vous avec un conseiller qui saura trouver la mutuelle la mieux adaptée à votre situation.

CENTRE MEDICO-SOCIAL

Un CMS est à votre disposition à Serre les Sapins pour répondre aux problèmes que vous pouvez rencontrer, prenez rendez-vous : 03 81 59 06 00
Les missions du CMS:

Les centres médico-sociaux ont pour principales missions l'aide et l'écoute de toute

personne qui rencontre des difficultés familiales et sociales. Les professionnels seront là pour définir avec vous un projet d'aide et/ou de réinsertion et vous permettre de surmonter vos difficultés.

ATELIERS « BONS JOURS » : LA NUTRITION, OÙ EN ÊTES-VOUS ?



Ouverts aux personnes de 60 ans et plus, ces ateliers rencontrent un réel succès. La diversité des thèmes abordés et la qualité des intervenants expliquent une demande croissante. Le prochain atelier aura lieu à l'automne, il s'intitule Bon'us Tonus : inscription en mairie.

Durant cet atelier, vous apprendrez à :

-  Comprendre votre ordonnance et gérer votre prise de médicaments
-  Connaître des solutions pour vous soigner autrement : approche des médecines complémentaires, techniques de bien-être et de relaxation, etc.
-  Découvrir la réflexologie : techniques d'automassages
-  Identifier des solutions pour agir

sur la santé de votre maison en vue d'en améliorer la qualité de l'air intérieur

-  Fabriquer un produit d'entretien multi-usages
-  Organiser votre pharmacie familiale

L'atelier « Bon'us tonus », c'est 7 séances collectives de 2h00 animées par :

-  Un animateur fil Rouge présent à chaque séance
-  Des professionnels-experts (pharmacien, naturopathe, etc.)
-  Des professionnels de la MFBFC formés sur les thématiques de l'éducation pour la santé et de la santé environnementale



OPERATION BRIOCHES DE L'ADAPEI

Malgré le peu de bénévoles cette opération s'est bien déroulée : La vente de 484 brioches dans la galerie du Super U a rapporté la somme de 3 673.20 euros (moyenne de 7.59 € par brioche).






Des colis de Noël seront remis aux personnes qui n'ont pas pu assister au repas des Seniors.

CCAS




Ma Commune Ma Santé
La solution santé mutualisée

Ma Mutuelle Ma Santé :

Le dispositif est toujours actif. Il vous suffit de téléphoner à la mairie

pour prendre rendez-vous avec un conseiller qui saura trouver la mutuelle la mieux adaptée à votre situation.

CENTRE MEDICO-SOCIAL

Un CMS est à votre disposition à Serre les Sapins pour répondre aux problèmes que vous pouvez rencontrer, prenez rendez-vous : 03 81 59 06 00.



LES ATELIERS
BONS JOURS
VIVEZ INTENSÉMENT
VOTRE RETRAITE

Les ateliers « Bons Jours » viennent de se terminer. Comme ils connaissent un vif succès, d'autres ateliers seront proposés l'année prochaine.

ATELIER NUMÉRIQUE

VOUS AVEZ PLUS DE 60 ANS

LE NUMÉRIQUE EN 1 CLIC

Le CCAS et le club FACE vous accompagnent pas à pas vers l'autonomie numérique



Comment utiliser
sans craintes
sa tablette numérique ?

Une session*
vous sera proposée
de mi-février
à mi-mars 2023
comportant
6 séances de 2H00

Vous êtes intéressés ?
N'hésitez pas à vous inscrire à la mairie
avant le 15 janvier
* session gratuite

Communes de
Pouilly les Vignes

FACE

LA POSTE

LA POSTE



Vous avez plus de 60 ans et vous souhaitez améliorer vos connaissances dans l'utilisation de votre tablette numérique, ce message s'adresse à vous !

Venez (re)découvrir l'univers du numérique, prendre du plaisir au quotidien avec le numérique, vous retrouver et communiquer grâce au numérique.

Plusieurs séances pour mieux maîtriser l'utilisation de votre tablette numérique :

- 1 - Prise en main de la tablette et création d'un espace numérique personnel.
- 2 - Utiliser internet en toute sécurité.
- 3 - Faciliter vos démarches administratives.
- 4 - Communiquer à distance avec vos proches et vos amis.
- 5 - Apprendre, se divertir et faire des activités en ligne.

FACE
GRAND BESANÇON

Fondation Agir Contre l'Exclusion, FACE Grand Besançon a été créé en 2007.

Reconnue d'utilité publique depuis 1994 ses actions sont axées autour de cinq domaines : l'emploi, l'entreprise, l'éducation, les territoires et la vie quotidienne.

Ce réseau national permet d'apporter un soutien actif aux entreprises dans leurs initiatives d'aider les habitants.

FACE
10 rue Pablo Picasso,
25000 BESANÇON

Le CCAS et le club FACE vous proposent de vous retrouver lors de séances gratuites qui auront lieu de mi-février à mi-mars à la mairie.

Si vous êtes intéressés inscrivez-vous à l'accueil de la mairie avant le 15 janvier 2023.



CCAS

**Ma Commune Ma Santé****La solution santé mutualisée**

**Ma Mutuelle
Ma Santé :**
Le dispositif est toujours actif. Il vous suffit de téléphoner à la mairie pour prendre rendez-vous avec un conseiller qui saura trouver la mutuelle la mieux adaptée à votre situation.

**Prochaine permanence :
le mardi 10 mai.
S'inscrire à la mairie pour un rendez-vous.**

CENTRE MEDICO-SOCIAL

Un CMS est à votre disposition à Serre-les-Sapins pour répondre aux problèmes que vous pouvez rencontrer ; prenez rendez-vous : 03 81 59 06 00.

LE NUMERIQUE EN 1 CLIC

22 personnes ont bénéficié d'une formation gratuite proposée par le club Face et le CCAS. Les six séances, réservées aux personnes de 60 ans et plus, leur ont permis de découvrir l'utilisation d'une tablette numérique, en particulier pour les différentes démarches administratives.

D'autres sessions pourront être organisées ; si vous êtes intéressé(e), inscrivez-vous en mairie.



FACE
10 rue Pablo Picasso,
25000 BESANÇON



à l'issue de la formation, un diplôme a été remis aux participants, par M. Courtoy délégué territorial du groupe « la poste », Mme Gentner-Marmier directrice du club Face du Grand Besançon, du Maire et une adjointe.



Le CCAS et l'ETOILE, main dans la main pour une nouvelle édition d'Octobre rose, le 15 octobre 2023.

**Nous lançons un appel aux bénévoles afin de compléter l'équipe de l'année passée.
Inscriptions : mairie ou AEP ETOILE.**



OCTOBRE ROSE : 3 100 € REMIS À LA LIGUE CONTRE LE CANCER

Grâce à la mobilisation de tous, la somme de 3 100 € a été remise au Professeur Bosset, représentant la ligue contre le cancer. A cette occasion une petite cérémonie a eu lieu à la mairie.

Cette année encore, nous vous espérons nombreux.



Professeur BOSSET



Ma Commune Ma Santé
La solution santé mutualisée

Ma Mutuelle Ma Santé :

Le dispositif est toujours actif. Il vous suffit de téléphoner à la mairie pour prendre rendez-vous avec un conseiller qui saura trouver la mutuelle la mieux adaptée à votre situation.

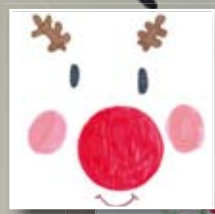
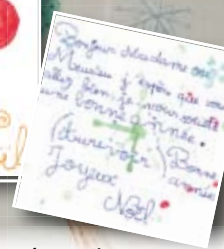
CENTRE MEDICO-SOCIAL

Un CMS est à votre disposition à Serre-les-Sapins pour répondre aux problèmes que vous pouvez rencontrer ; prenez rendez-vous : 03 81 59 06 00.

CCAS



Chaque année, la commune distribue des colis aux personnes âgées de plus de 75 ans qui ne peuvent pas participer au repas dansant. Cette année, les enfants de Familles Rurales ont pris part à la distribution des colis à "Âges et vie", ce qui a enchanté les résidents.



Les enfants du périscolaire avaient créé de jolies cartes à intégrer dans chaque colis.



UN BEL ANNIVERSAIRE POUR LES 10 ANS DE LA MAISON ÂGES ET VIE.

La maîtresse de maison Adeline et son équipe avaient organisé cette journée de manière remarquable. Une ambiance festive, animée par 2 musiciens a comblé résidents, parents, et invités. Les pâtisseries de Sarah, dont un magnifique gâteau d'anniversaire ont été fort appréciées par tout le monde. Un bel après-midi, bravo à tous



L'association "Âges et vie" recherche des bénévoles pour accompagner les résidents lors de différentes sorties.

**25 Route d'Emagny,
25 115 Pouilley-les-Vignes
www.agesetvie.com**



Les ateliers « Bons jours » connaissent toujours un vif succès.

L'atelier Pep'Eurêka permet de comprendre les mécanismes de la mémoire. Divers exercices étaient proposés aux participants pour trouver des solutions afin de préserver leur mémoire. D'autres ateliers auront lieu en 2025. Renseignements en mairie et sur l'application intramuros.



La ronde de l'Espoir,

Association qui collecte des fonds pour la Ligue contre le cancer, a organisé un périple à vélo de 400 km dans la région les 6, 7 et 8 septembre 2024. Joséphine PAGNIER, championne de saut à ski, était la marraine de l'événement. Le 6 juillet à 13h, la mairie a eu le plaisir de recevoir les cyclistes de la Ronde de l'Espoir. Le Maire a indiqué que le CCAS adressait un don de 150 € à la ligue contre le cancer.

Depuis 33 ans, les membres de La Ronde réunissent leurs efforts pour assurer une collecte de dons reversés aux Ligues contre le cancer 25 de Besançon et Montbéliard. Cette année, la Ronde de l'Espoir s'est engagée dans un nouveau défi de 400 km à vélo, aux côtés de 55 adhérents, 35 cyclistes, sept motos et plus de 500 sympathisants. Félicitations aux cyclistes et aux organisateurs.



Conférence du Professeur BOSSET

Le 12 septembre, la ligue contre le cancer du Doubs en lien avec la commune a proposé une conférence du Professeur BOSSET sur les avancées dans la recherche contre le cancer. Divers sujets ont été évoqués : la prévention, l'immunothérapie et les vaccins.

Une conférence fort intéressante où le Professeur Bosset a répondu à toutes les interrogations du public avec pédagogie et clarté.

Un grand merci à lui pour son professionnalisme et sa sympathie.



Professeur BOSSET à la ronde de l'espoir

CCAS



L'atelier mémoire vient de se terminer et nous vous proposons :

LE NUMÉRIQUE AU BOUT DES DOIGTS

La Poste et l'association St VIT informatique organisent sept ateliers pour accompagner l'autonomie numérique.

ATELIER NUMÉRIQUE POUR TOUS



LA POSTE

"Le numérique au bout des doigts"

**ATELIERS
POUR
L'AUTONOMIE
NUMÉRIQUE**

L'ASSOCIATION SAINTVIT INFORMATIQUE

Ces ateliers gratuits sont ouverts à tous (pas de conditions d'âge), ils se dérouleront du 6 juin au 18 juillet, à raison d'une séance de 2h00 le vendredi de 14h00 à 16h00, à la mairie. Renseignements et inscriptions au 06 95 70 23 12.

Programme :

- Atelier 1 :** Diagnostic attentes et leviers motivationnels.
- Atelier 2 :** Apprentissage du clavier et de la souris.
- Atelier 3 :** Apprendre à organiser les fichiers de l'ordinateur et créer des dossiers.

- Atelier 4 :** Apprendre à effectuer des recherches internet et utiliser des onglets.
- Atelier 5 :** Cybersécurité : comment attrape-t-on un virus et réduire les risques d'infection ? Comment créer un mot de passe solide ?
- Atelier 6 :** Envoyer un mail groupé avec une pièce-jointe. Expliquer la différence entre «CC» et «CCI» et comment supprimer un mail.
- Atelier 7 :** Effectuer une démarche en ligne (SNCF Connect, Doctolib, Améli...)



Ma Commune Ma Santé
La solution santé mutualisée

Ma Mutuelle Ma Santé :

Le dispositif est toujours actif. Il vous suffit de téléphoner à la mairie pour prendre rendez-vous avec un conseiller qui saura trouver la mutuelle la mieux adaptée à votre situation.

CENTRE MEDICO-SOCIAL

Un CMS est à votre disposition à Serre-les-Sapins pour répondre aux problèmes que vous pouvez rencontrer ; prenez rendez-vous : 03 81 59 06 00.

Mobilier Français de qualité
Déplacement à domicile
Un seul interlocuteur tout le long de vos projets
Tél : 06 61 59 74 54
www.pretetagencement.com

PRETET AGENCEMENT
Cuisines | Salle de bains | Rangements

FABRIQUÉ EN FRANCE



CCAS



LE NUMÉRIQUE AU BOUT DES DOIGTS

Organisé par La Poste, le dernier atelier informatique s'est déroulé sur sept séances, durant les mois de juin et juillet, à la mairie.

Créé dans le but de réduire la fracture numérique, cet atelier a permis aux participants de se familiariser avec l'utilisation d'un ordinateur, notamment pour réaliser les démarches administratives du quotidien.

Sébastien, le formateur de Saint-Vit Informatique, a su accompagner chacun avec pédagogie.

À l'issue de la formation, un diplôme a été remis à chaque participant.

Vu le succès rencontré, de nouveaux ateliers numériques pourront être proposés l'an prochain.



ATELIERS PRÉVENTION SANTÉ ORGANISÉS PAR L'UFCV

Un programme de prévention santé à destination des personnes âgées de plus de 60 ans aura lieu à la mairie à compter du lundi 29 décembre. (date prévisionnelle).

Ce programme de prévention santé est composé de 8 séances de 2h00.

- Un atelier mémoire
- Deux ateliers nutrition (en deux parties)
- Un atelier sécurité routière
- Deux ateliers bien-être et estime de soi (en deux parties)
- Un « atelier » test auditifs et visuels
- Un atelier Prendre soin de son équilibre intérieur (préserver sa santé mentale)

Caractéristiques du programme :

- Durée : 8 semaines
- Fréquence : 1 séance / semaine / les lundis matin de 10h00 à 12h00
- Durée d'1 séance = 2h00
- Groupe : entre 10 et 25 personnes
- Programme gratuit pour les seniors participants
- Public ciblé : seniors + 60 ans autonomes vivant à domicile

Le public peut participer à un ou plusieurs ateliers.

s'inscrire par tél : 07 83 61 05 54 ou par mail : animation-seniors.bfc@ufcv.fr



Ma Mutuelle Ma Santé :

Le dispositif est toujours actif. Il vous suffit de téléphoner à la mairie pour

prendre rendez-vous avec un conseiller qui saura trouver la mutuelle la mieux adaptée à votre situation.

CENTRE MEDICO-SOCIAL

Un CMS est à votre disposition à Serre-les-Sapins pour répondre aux problèmes que vous pouvez rencontrer ; prenez rendez-vous : 03 81 59 06 00.

CCAS



Le 29 Novembre la municipalité et l'association Adot ont planté un arbre de vie (ginko) vers le city stade.

La fédération France Adot, forte de 65 associations départementales a lancé il y a 2 ans l'opération « Arbres de Vie » destinée à communiquer, plus largement encore, sur la cause du Don d'Organes.

Outre le fait que la plantation d'un arbre ait le vent en poupe au niveau environnemental, il s'agit de montrer de façon symbolique, et sur tout type de terrain, que la transplantation fonctionne !



Nouveau !

ATELIERS INFORMATIQUES

DÉBUTANTS ET GRATUITS !

SENIORS - ORDINATEURS

DU 28 AVRIL AU 16 JUIN 2026

1 Rue de Gray,
25115 Pouilley-les-Vignes

Tous les mardis
10H À 12H

Inscription :
03 81 55 40 31
06 95 70 23 12

Ma Commune Ma Santé
La solution santé mutualisée

la mairie pour prendre rendez-vous avec un conseiller qui saura trouver la mutuelle la mieux adaptée à votre situation.

Une permanence à Pouilley-les-Vignes, le 18 mai 2026.
Inscrivez-vous au 06 43 70 93 03

**Ma Commune
Ma Santé :**

Le dispositif est toujours actif.
Il vous suffit de téléphoner à

CENTRE MEDICO-SOCIAL

Un CMS est à votre disposition à Serre-les-Sapins pour répondre aux problèmes que vous pouvez rencontrer ;
prenez rendez-vous : 03 81 59 06 00.