

Le p'tit journal du CCAS de Saizerais



Place Adrien-Toussaint
54380 SAIZERAIS
Tél : 03.83.24.45.02
Mail : accueil@saizerais.fr



LES PERMANENCES DU CCAS

Les permanences seront assurées en mairie par les membres du CCAS,
les **mardis** de **14h à 17h** les **4 avril** ■ **9 mai** ■ **13 juin 2017**.



Bonjour à toutes et tous, le printemps pointe enfin le bout de son nez avec une ribambelle d'aléas climatiques mais, au bout du compte, nous sentons frémir dans l'air un goût de renouveau qui nous donne envie de sortir, d'aller dans nos jardins, de faire de belles balades en forêt et de préparer nos futures vacances. Attention aux tiques, ces acariens malveillants !!!

Pour en savoir plus : www.lympact.fr ■ www.sante.gouv.fr et **SOYONS VIGILANTS !**



Le CCAS vous donne rendez-vous pour partager avec vous des informations, mais également pour vous rencontrer lors de réunions sur des thématiques qui nous permettront d'échanger autour d'un pot. Nous vous espérons nombreuses et nombreux !!!!

Agenda des MANIFESTATIONS



Les CCAS de Saizerais et de Marbache, en partenariat avec NOVAMUT, organisent à la mairie de Marbache, 2 demi-journées de sensibilisation à la sécurité routière les :

Vendredi 31 mars 2017 de 14h à 17h : à destination des seniors mais pas que... : conseils pour adapter sa conduite au fil du temps.

Et **samedi 1^{er} avril 2017 de 9h à 12h :** sensibiliser les jeunes aux différents facteurs de risques routiers. **À l'issue de cette matinée**, un temps d'échanges, de partage, est prévu pour l'ensemble des participants, pour une prise de conscience de l'autre dans sa façon de conduire, son stress, ses peurs et pour rompre le clivage « jeunes et moins jeunes » au volant **autour d'un apéritif**.

Des flyers vous ont distribués dans vos boîtes aux lettres. Nous vous attendons nombreuses et nombreux ! Pour toute information, vous pouvez vous adresser directement à l'accueil de votre mairie ou à Sylvie SCHARFF au : 03 83 24 45 02



Le CCAS de Saizerais, en partenariat avec la Gendarmerie de Liverdun, organise le **vendredi 19 mai 2017 à 19h**, au Local

St Georges, à Saizerais, une réunion d'information sur la sécurité des biens et des personnes et la participation citoyenne. Venez nombreuses et nombreux échanger, apprendre sur un sujet qui nous touche toutes et tous et partager le pot de l'amitié. Des flyers vous seront distribués début mai 2017. Pour toute information, vous pouvez vous adresser directement à l'accueil de votre mairie ou à Sylvie SCHARFF au : 03 83 24 45 02



INFORMATION IMPORTANTE DU CCAS



Le nombre de Saizerillons de 65 ans et + passe de 210 personnes en 2016 à 302 personnes en 2017, soit une **hausse de 43%**.

De plus, si nous nous projetons de 2016 en 2020, nous remarquons une **augmentation de 67%** du nombre des personnes de 65 ans et + (210 en 2016, 352 en 2020).

En revanche le nombre de personnes de 70 ans et + reste stable si l'on compare 2017 à 2016 et **l'augmentation est de 37%** si l'on compare 2020 à 2016.

Le coût global du thé dansant et du colis de Noël 2016 s'est élevé à 3100 € pour 210 personnes.

La subvention communale de **4000 €**, pour 2016, **n'augmentera pas en 2017** suite aux contraintes budgétaires gouvernementales et nous devons assurer avec celle-ci toute l'activité de votre CCAS. Nous souhaitons continuer à vous apporter un service de qualité, en direction de toutes et tous.

C'est pourquoi, dans un souci d'efficacité, par délibération du conseil d'administration du CCAS du lundi 6 février 2017, il a été décidé de **repousser l'âge, uniquement pour le thé dansant et le colis de Noël, de 65 à 70 ans**.

Nous comptons sur votre compréhension.

Année	Personnes âgées de 65 ans et +	Dont personnes âgées de 70 ans et +
2016	210	141
2017	302	147
2018	327	164
2019	341	183
2020	352	194

FICHE CONSEIL N°6



Finis les frais bancaires à cause de découverts. **L'ouverture d'un Compte-Nickel** vous évite d'avoir à franchir la porte d'une banque et de devoir justifier de votre situation.

Il suffit d'aller **dans un bureau de tabac agréé « Compte-Nickel »** avec votre pièce d'identité et votre numéro de téléphone mobile. Vous payez l'abonnement annuel de 20 € au buraliste puis vous ouvrez votre compte sur la borne à disposition avec la Carte Nickel. Le buraliste vous remet alors un RIB et vous recevez le code confidentiel par SMS. Un courrier est ensuite envoyé à votre domicile, avec un code d'authentification, à confirmer sous 15 jours. Pas besoin de justifier de vos ressources. Le Compte-Nickel est accessible même à ceux qui sont interdits bancaires.

La remise d'argent se fait en espèces sur les bornes dédiées dans les bureaux de tabac ou par virement. La carte vous permet de retirer de l'argent dans les distributeurs automatiques ou bureaux de tabac Compte-Nickel. **Attention**, chaque retrait chez un buraliste coûte 0,50 € et 1 € dans les distributeurs de billets. La carte permet de payer chez les commerçants.

Aucun découvert n'est autorisé.

Vous trouverez la liste des buralistes sur : compte-nickel.fr



PLAN CANICULE 2017

L'été approche, et avec lui les risques d'une canicule. Dans le cadre des actions de prévention contre la canicule diligenté par l'état, le **Centre Communal d'Action Sociale de Saizerais** met en place le recensement des personnes vulnérables. Cette démarche d'inscription, volontaire et facultative, permet d'identifier les personnes âgées, isolées ou fragilisées avant l'été. Les personnes inscrites bénéficieront, en cas de déclenchement du « Plan Canicule » par la Préfecture, d'une attention particulière de la part des services municipaux et des bénévoles du CCAS, qui interviendront en cas de nécessité.

Un flyer et un formulaire d'inscription vous seront envoyés courant mai et qu'il faudra retourner à l'accueil de votre mairie.



Vous avez un besoin de formation, que vous soyez salarié, demandeur d'emploi, vous pouvez vous rendre :



AUX JEUDIS DE L'AFPA

Qui ont lieu tous les 1^{ers} jeudis du mois à **9h précises**.

Site de Pompey-Frouard
Parc Eiffel Énergie
ZAC Ban la Dame
56 square Eugène Herzog
54390 FROUARD
Tél. : 03 83 49 90 00
Fax : 03 83 49 90 01

<http://www.lorraine.afpa.fr>



AIDE AU PREMIER DÉPART

La Jeunesse au Plein Air, ou JPA, soutenue par la CAF, le Conseil Départemental et la Direction départementale de la cohésion sociale de Meurthe-et-Moselle, pilote **le dispositif d'aide au premier départ en centre de vacances pour les jeunes de 4 à 17 ans**. Une soixantaine de séjours et destinations, mer, montagne, étranger, proximité, vous sont proposés.

Des aides importantes sont accordées par le Conseil départemental, la CAF, sans démarches à faire, ouvertes à tous les habitants, sans plafond de ressources et peuvent permettre de

réaliser un projet de séjour. L'inscription de la fratrie est possible. Ces aides sont cumulables entre elles. M^{me} Eva SINGER pilote ce dispositif et pour tout renseignement et montage de dossier vous pouvez la contacter au : 06 71 26 20 76

Le CCAS s'associe à cette action et tient à votre disposition, à l'accueil de la mairie, tous les documents nécessaires à votre information et à l'inscription de vos enfants. Une éventuelle participation sera votée au prochain conseil d'administration du CCAS du **jeudi 6 avril 2017**.



LE COIN DES BONNES IDÉES ET ASTUCES OU RECETTES

■ Rillettes au thon et St Moret



2 CS de câpres • 180 g de thon au naturel • 2 CS de ciboulette ciselée • 150 g de St Moret • sel • poivre

Mixer grossièrement les câpres. Dans un saladier, émietter le thon puis ajouter les câpres, la ciboulette, le St Moret, sel et poivre. Bien mélanger. Réserver 30 minutes au réfrigérateur. Servir, accompagner de tartines de pain grillé. *Variante :* remplacer le thon par : du saumon fumé, des sardines, des maquereaux.

■ Dessert lorrain



Travaillez **4 jaunes d'œufs** avec **150 g de sucre en poudre** jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez **2 cuillerées à soupe d'alcool de mirabelle**. Incorporez **250 g de farine** et un **paquet de levure chimique** aux jaunes d'œufs et travaillez l'appareil jusqu'à le rendre bien lisse. Ajouter un à un **6 petits suisses** puis les blancs d'œufs montés en neige. Versez la préparation dans un moule beurré et faire cuire 20 minutes, four 180°. Puis, disposez les mirabelles égouttées à la surface et laissez la cuisson s'achever pendant 20 minutes à four 180°. Vérifier la cuisson puis démouler et servez tiède ou froid : c'est un régal !