

# Le p'tit journal du CCAS de Saizerais

Place Adrien-Toussaint  
54380 SAIZERAIS  
Tél : 03.83.24.45.02  
Mail : [accueil@saizerais.fr](mailto:accueil@saizerais.fr)



## LES PERMANENCES DU CCAS

Les permanences du CCAS seront assurées un mardi par mois de **14 h à 17 h**, en mairie :  
**mardi 2 avril, mardi 7 mai et mardi 4 juin 2019.**

*Le printemps est enfin là et avec lui : le soleil. Tout est propice à sortir, prendre l'air, se balader le nez au vent. Nous commençons à travailler dans nos jardins, pomponner nos maisons, sortir les barbecues. Que de beaux moments en vue ! Votre CCAS se propose de vous accompagner tout au long de ce trimestre et se tient à votre disposition pour toute information administrative, formation, emploi, montage de demande d'aides, qu'il s'agisse d'aide au logement (aides ANAH...), santé, financière, secours d'urgence... Vous trouverez de nombreuses informations par le biais du panneau d'affichage se trouvant devant la mairie... Et vous pouvez nous rencontrer lors des permanences en mairie, un mardi par mois, ou en prenant RDV auprès du service d'accueil de la mairie.*

## PROJET 2019 EN COURS

La mairie de Saizerais et le CCAS travaillent actuellement sur le projet de création d'un atelier « du numérique », fixe et itinérant, qui sera animé par un jeune en mission de **SERVICE CIVIQUE**. Son rôle sera d'aider les personnes, de tous âges, rencontrant des difficultés avec l'outil informatique ou peu à l'aise avec celui-ci, en les recevant lors de permanences et ou en allant au domicile des personnes ne pouvant pas se déplacer. Ce travail résulte du constat suivant, établi par le gouvernement, mais également d'une demande de la population de Saizerais : **il faut éviter la fracture numérique.**

**Nous recherchons un(e) jeune de moins de 26 ans ayant une forte appétence pour le numérique et des compétences pédagogiques** car « transmettre » requière une grande qualité d'écoute, de reformulation, de patience...

**Vous pouvez déjà déposer votre candidature à l'accueil de la mairie.**

*Une offre sera déposée sur le site du gouvernement dès que le projet sera validé...*

## INFORMATIONS PRATIQUES

**1** Nous venons d'être informés par la CAF que, dans le cadre du RSA, les allocataires ne doivent plus adresser leur Déclaration Trimestrielle de Ressources sous format papier à compter du 05.03.2019. Les ressources doivent être impérativement déclarées sur [CAF.fr](http://CAF.fr) ou sur l'appli [Caf-moncompte](http://Caf-moncompte).

### **2** Le Chèque Énergie 2019

Pour les foyers éligibles, le chèque Énergie sera envoyé à compter d'avril 2019. Vous n'avez aucune démarche à réaliser. Montant minimal : 48 € ; montant maximal : 227 €. Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site : [www.chequenergie.gouv.fr](http://www.chequenergie.gouv.fr)

### **3** Plan canicule 2019

Comme chaque année, votre mairie met en place un registre nominatif pour recenser les personnes âgées et les personnes en situation de handicap qui en font la demande. Notre objectif est d'être à votre écoute. Les personnes inscrites seront contactées tous les jours en cas d'activation par le Préfet de Plan Canicule. **Un numéro vert est à votre disposition pour tout renseignement, de 9 h à 19 h, 7 /7 jours : 0 800 06 66 66.** Un flyer et un formulaire d'inscription vous seront distribués courant mai et l'inscription sera à retourner à l'accueil de la mairie.

### **4** Danger : tiques !

La maladie de Lyme est une maladie infectieuse due à une bactérie appelée *Borrelia Burgdorferi*, transmise par l'intermédiaire d'une pique de tique infectée. C'est une maladie sournoise qui peut toucher plusieurs organes et systèmes, la peau, les articulations et le système nerveux. C'est une maladie difficile à détecter. De retour de promenades en forêt, dans les hautes herbes, observez bien toutes les parties de votre corps et utilisez une pince à tique pour la retirer si vous en découvrez une ! ne laissez pas la tête ! soyez extrêmement prudent si vous découvrez une auréole rouge : consultez immédiatement votre médecin ! Des flyers sont à votre disposition à l'accueil de la mairie.



### **5** Requêtes au tribunal administratif : un site ouvert aux particuliers. Focus !

C'est une petite révolution. Depuis le mois dernier, les particuliers sans avocat qui souhaitent introduire une requête devant le tribunal administratif, compétent pour juger les litiges qui opposent les citoyens aux administrations publiques, peuvent désormais le faire par internet depuis leur domicile. Il suffit de se rendre sur le site internet « Télécours citoyens ». Si vous rencontrez une difficulté technique, une assistance téléphonique est prévue : **0 811 36 09 41**

# FICHE CONSEIL N°11

## PLATEFORME LINGUISTIQUE INNOVANTE

Dans le cadre de sa politique en faveur du développement du multilinguisme, la région Grand Est a mis en place « LA PLATEFORME LINGUISTIQUE INNOVANTE » afin de faciliter l'insertion des jeunes et des adultes sur le marché du travail, transfrontalier ou pas. Elle est portée par les GRETA et s'adresse aux demandeurs d'emploi de la région Grand Est ayant validé un projet professionnel auprès de Pole Emploi, La Mission Locale, CAP EMPLOI, et désireux de progresser dans l'apprentissage de l'anglais, de l'allemand et/ou du luxembourgeois et **sans niveau spécifique en langue à l'entrée**. Avec une moyenne de 230 heures de cours, cette durée peut être adaptée aux besoins spécifiques des bénéficiaires.

**Entrées / sorties permanentes.**

**Financement :** prise en charge totale du coût pédagogique de la formation par la région Grand Est pour les demandeurs d'emploi. Prescription : auprès de votre structure de suivi. Fiche de liaison à remplir.

**La plateforme linguistique mêle plusieurs méthodes pédagogiques :** apprentissage classique en présentiel, formation à distance, formation en groupe ou parcours individualisé, e-learning. L'apprenant peut ainsi alterner entre des sessions à distance et des sessions en face à face avec le ou les formateurs. Des outils performants sont mis à votre disposition. Les modules et parcours pourront se baser sur les situations de communication ou les spécialités auxquelles les apprenants seront confrontés dans leur environnement professionnel.

**Les compétences linguistiques pourront être sanctionnées, selon les cas, par :**

Le Diplôme de Compétence en Langue (DCL) ou la Certification BRIGHT Language (anglais et allemand) Attestation d'acquis (luxembourgeois).

**Pour aller plus loin :** <https://reussirsansfrontiere.eu/actualite/plateforme-linguistique-innovante/>

## LE COIN DES BONNES IDÉES ET RECETTES

### Velouté d'asperges

**Ingrédients :** 500 g asperges fraîches ou en boîte ; 500 ml eau ; 1 cube de bouillon de volaille ou légumes ; 1 oignon ; 1 échalote ; 20 cl crème fraîche entière liquide ; sel ; poivre.

Faites revenir l'oignon et l'échalote émincés ; ajoutez les asperges, l'eau, le bouillon cube et faites cuire 30 mn à feu doux. Lorsque vos asperges sont suffisamment cuites, mixez le tout au blender. Ajoutez la crème fraîche, le sel, le poivre : c'est prêt ! Il n'y a rien de meilleur qu'un velouté fait maison !

### LE PETIT MOT DU JOUR (un peu de philosophie !)

« Ce n'est pas le vent qui décide de votre destination, c'est l'orientation que vous donnez à votre voile.  
Le vent est pareil pour tous. »

## AGENDA DES MANIFESTATIONS



### L'Atelier du Numérique

Il se poursuit, avec des séances thématiques :

- **Le 23 avril :** E-Administration : logement, CAF, électricité, gaz, impôts, CPAM...
- **Le 21 mai :** Applications pratiques : transports, agenda, alarme, jeux...
- **Le 18 juin :** E-Administration : dans ma ville : carte d'identité, actualités...
- **Les 9 avril, 7 mai et 4 juin :** Séances d'utilisation de l'outil numérique : tablette, ordinateur...

**Animé par SOS FUTUR, salle Saint-Georges, rue Saint-Georges à Saizerais.**



### Réunion d'information « SÉCURITÉ VILLAGE »



**Pour se sentir en sécurité dans notre village, retrouvons-nous :**

- **Mardi 14 mai** à 20 heures, Salle Multi-activités.

Avec la participation de **la gendarmerie, des services de secours de Pompey et de la police intercommunale du Bassin de Pompey**, venez partager un moment d'échanges et de convivialité autour d'un café. **Un flyer vous sera distribué début mai.**



### Voyage UNAT

Le CCAS de SAIZERAIS et l'UNAT vous proposent un peu de douceur à travers un séjour « **REMISE EN FORME - BIEN ÊTRE** », financé par la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie 2018, qui se déroule à : CAP France - LA BOLLE (près de Saint-Dié) dans les Vosges. Durée : 3 jours et 2 nuits...

- **Du mardi 4 juin au jeudi 6 juin 2019**

Tarif unique : **89,60 €** par personne (imposable ou non imposable). C'est une session de remise en forme à travers divers ateliers : activité physique, rigologie, espace bien être, yoga, aquagym, marche, atelier équilibre, massage, danse traditionnelle... Rien n'est imposé ! vous participez aux ateliers qui vous plaisent mais vous pouvez également aller marcher, rester à lire ou à bavarder entre vous... en toute liberté !

**Si vous êtes intéressé(e), prenez contact auprès de Sylvie SCHARFF au 06 06 60 63 26 ou à l'accueil de votre mairie. Un dossier d'inscription vous sera remis. Paiement en 2 fois possible.**

L'UNAT Grand Est, Union Nationale des Associations de Tourisme et de plein air, rassemble des associations et des fédérations gérant directement et indirectement des équipements touristiques dans la région Grand Est. Elle œuvre depuis plus de 30 ans pour le « droit aux vacances pour tous ». Ses adhérents proposent des séjours et gèrent des équipements destinés à accueillir tous les publics, quels que soient leurs moyens, dans un but affiché de favoriser la mixité sociale et l'accès aux vacances.

