



# Echo Seniors



**TRIMESTRIEL DU CONSEIL CONSULTATIF COMMUNAL DES AINES DE SILLY.**

**EDITORIAL**

*MARS 2016*

## **Mot du Président:**

L'année 2015 s'est terminée avec le succès de Silly Potins, lieu de convivialité et de partage où chacun est le bienvenu. De plus, grâce à notre ami Florent, nous avons pu accueillir un audilogue qui nous a exposé l'importance de s'inquiéter des pertes d'audition et de là prendre les mesures qui s'imposent pour recouvrer une audition tellement indispensable à notre confort de vie.

On peut aussi se féliciter de l'intérêt pour les ateliers de mémoire grâce à la collaboration de la Biblio-ludothèque.

A bientôt lors d'une de nos activités ou excursions reprises à l'agenda (voir p.4).

Ferdinand !



## **Opération de Développement Rural ( ODR )**

La Commune de Silly vient de démarrer son ODR. Cette opération vise à améliorer la qualité de vie de ses habitants dans tous les domaines de la vie quotidienne (économique, sociale, culturel...)

L'Opération sera synthétisée dans un document final appelé Programme Communal de Développement Rural (PCDR) notifiant tous les projets qui seront à mener dans la Commune.

Des réunions d'information et de consultation sont en cours dans chaque village de l'entité. Il s'agit d'une opération unique de participation citoyenne où tous les habitants sont invités à exprimer leurs souhaits et leurs besoins dans une vision à long terme sur l'avenir de la Commune. Tout au long du processus la parole est aux habitants par le biais de réunions, de groupes de travail et d'une Commission locale à mettre en place.

En tant que Séniors de Silly vous avez aussi droit à la parole

N'hésitez pas à participer à cette Opération et à communiquer vos idées dans notre société en pleine évolution.

Francis



## Séniors au volant

En Belgique, il n'existe pas de contrôle médical comme c'est le cas dans certains pays permettant de décider si l'on peut encore conduire ou non. Autrement dit, si le médecin généraliste ou spécialiste constate une affection médicale empêchant l'usager de participer en toute sécurité au trafic au volant de son véhicule, il doit renvoyer la personne concernée vers le CARA qui prendra enfin une décision sur l'aptitude à la conduite.

Lorsqu'il n'y a pas de troubles locomoteurs ou visuels influençant les capacités de conduite, votre médecin généraliste/spécialiste peut aussi prendre lui-même une décision quant à votre aptitude à la conduite.

Passer un examen médical tous les 5 ans dès l'âge de 75 ans pour la détention d'un permis de conduire est un critère qui existe dans certains pays européens mais pas en Belgique.

Voici une série de questions qui peuvent vous aider à vous déterminer.

Prenez le temps d'y réfléchir et surtout soyez objectif :

Ai-je été directement impliqué dans des accrochages ?

Ai-je des difficultés à traverser les carrefours ?

Ai-je des difficultés à évaluer les distances de voir les piétons, les panneaux routiers ou les autres véhicules ?

Ai-je des difficultés à me concentrer lorsque je conduis ?

Est-ce que je me sens désorienté sur des trajets que je connais bien ?

Ai-je des difficultés à coordonner mes mouvements lorsque je conduis ?

Ai-je des problèmes de vue, en particulier la nuit ?

Mes proches doutent-ils de ma capacité à conduire ?

Aujourd'hui il est préférable que vous soyez titulaire d'un permis modèle carte de banque, afin d'éviter tout malentendu dans les différents pays de l'Union européenne.

Bon nombre de pays ne reconnaissent plus l'ancienne version papier.

Aller chercher votre nouveau permis de conduire auprès de votre commune (moyennant paiement).

Depuis 2013, seuls les modèles carte de banque sont délivrés.

Francis et Bernard



## « Papy et mamy surfeurs »

Dans le cadre du projet « Papy et mamy surfeurs » subventionné par la Région Wallonne, le CCCA a réalisé un partenariat avec la Bibliothèque dans l'aménagement d'un « corner » informatique accessible également aux personnes à mobilité réduite.

Grâce à cette subvention, nous avons acquis du matériel informatique, du mobilier, des livres audio, des magazines,....etc à destination des pré-et séniors :

### Livres audio (15)

- « L'incolore Tsukuru Tazaki et ses années de pèlerinage » d'Haruki Murakami
- « Une autre idée du bonheur » de Marc Levy
- « Une vie entre deux océans » de M. L. Stedman
- « La couleur des sentiments » de Kathryn Stockett
- « Les apparences » de Gillian Flynn
- « Rien ne s'oppose à la nuit » de Delphine de Vigan
- « Au revoir là-haut » de Pierre Lemaître
- « La vérité sur l'affaire Harry Québert » de Joël Dicker
- « On ne voyait que le bonheur » de Grégoire Delacourt
- « Central Park » de Guillaume Musso
- « La vie en mieux » d'Anna Gavalda
- « La patience du diable » de Maxime Chattam
- « Complètement cramé ! » de Gilles Legardinier
- « L'homme aux cercles bleus » de Fred Vargas
- « Le vieux qui ne voulait pas fêter son anniversaire » de Jonas Jonasson

### Documentaires (8)

- « L'année du Phénix : la première année de la retraite » de Danièle Laufer
- « Arthroses, arthrites et rhumatismes : Solutions naturelles et mesures anti-rouille » de Christian Brun
- « Le bel âge du cerveau : et si vieillir était une bonne nouvelle ? » d'André Aleman
- « A la découverte de Windows 8.1 : Spécial grands débutants ! » de Mathieu Lavant
- « Entrez dans la pratique du Qi Gong : Découvrez les bases et la philosophie du Qi Gong » de Ke Wen
- « Mémoire totale : Les nouvelles clés de la mémoire » de Danielle Vautrin
- « Prévenir Alzheimer » de Mireille Peyronnet
- « Secrets de jouvence : Tout savoir pour vivre mieux, plus longtemps » d'Estelle Lefevre et Claudine Pons

D'autres titres en livres audio et documentaires sont disponibles dans nos rayons ainsi que des romans en grands caractères pour un confort de lecture optimal.

**Une visite sera réalisée dans le cadre du « Silly Potins » du 21 avril 2016 à 14h.**

## REPAIR CAFE , kesako ?

Le CCCA de Silly a le plaisir de vous annoncer le démarrage d'un Repair Café, à l'initiative de Mr. Robert Neyns. Un Repair Café est tout simplement un café de réparation, un endroit où l'on répare ensemble et gratuitement. Si vous voulez rejoindre l'équipe de bénévoles, prenez contact au 0476/404052 (Florent Schaukens), ou sur la page Facebook : Les Aînés de Silly.

Mois	Date	Activités	Lieu
<b>Mars</b>	Mardi 1 <sup>er</sup> Jeudi 3	Atelier pâtisserie.	Salle Herman Moreau de 9 à 12h Rue de la procession, 2 à Bassilly. Sur inscription
	Jeudi 10	Cucina italiana	Centre Culturel 10h à 14h. Sur inscription.
	Lundi 14 et 21	Atelier « Informatique »	Biblioludothèque, de 14h à 16h Sur inscription
	Jeudi 17	Silly Potins et goûter	Maison de Normandie de 14h à 16h
<b>Avril</b>	Jeudi 24	Atelier Mémoire	Espace biblioludothèque de 10 à 12h. Sur Inscription
	Mardi 5 Jeudi 7	Atelier pâtisserie	Salle Herman Moreau de 9 à 12h. Sur inscription
	Lundi 11 et 25	Atelier « Informatique »	Biblioludothèque, de 14h à 16h Sur inscription
	Mercredi 13	Repair café	Le Salon, rue ville basse 19 à Silly de 14 à 19h
	Jeudi 14	Cucina italiana	Centre Culturel de 10h à 13h
	Jeudi 21	Silly Potins, visite de la Biblioludothèque	Biblioludothèque de Silly entrée Rue St Pierre, 14h
<b>Mai</b>	Jeudi 28	Atelier Mémoire	Biblioludothèque 10h
	Mardi 3 Jeudi 5	Atelier pâtisserie	Salle Herman Moreau de 9 à 12h.Sur inscription.
	Lundi 9 et 23	Atelier « Informatique »	Biblioludothèque, de 14h à 16h Sur inscription
	Mercredi 11	Repair café	Le Salon, rue ville basse 19 à Silly de 14 à 19h
	Jeudi 12	Cucina italiana	Centre Culturel de 10h à 13h
	Jeudi 19	Silly potins	Maison de Normandie de 14h à 16h
	Jeudi 26	Atelier Mémoire	Biblioludothèque 10h
<b>Juin</b>	Jeudi 2	Escapade oeno-gourmande d'un vignoble namurois	Départ sur la place de Silly en bus à 8h30 sur réservations 068/250537
	Mardi 7 jeudi 9	Atelier pâtisserie	Salle Herman Moreau de 9 à 12h.Sur inscription.
	Mercredi 8	Repair café	Le Salon, rue ville basse 19 à Silly de 14 à 19h
	Lundi 13 et 27	Atelier « Informatique »	Biblioludothèque, de 14h à 16h Sur inscription
	Jeudi 16	Cucina italiana	Centre Culturel de 10h à 13h
	Jeudi 23	Silly Potins et goûter	Maison de Normandie de 14h à 16h
<b>Juillet</b>	Jeudi 30	Atelier mémoire	Biblioludothèque 10h

N'hésitez pas à nous contacter pour tout besoin ou suggestions complémentaires  
 Sabine Storme, coordinatrice du CCCA : 068/25.05.37 [sabine.storme@publilink.be](mailto:sabine.storme@publilink.be)  
 Ferdinand Van Achte Président du CCCA 068/56.85.05 [vanachte@hotmail.com](mailto:vanachte@hotmail.com)  
 Maya Baems, Vice-Présidente du CCCA : 0495/14.11.13 [mabaems@gmail.com](mailto:mabaems@gmail.com)

Logo et mise en pages par: Etienne Carlier

Editeur responsable : Sabine Storme, Maison Communale, à Silly.