



## PLUS DE 1 000 BOUQUETS DE TULIPES DE L'ESPOIR POUR NOS SENIORS

porte à nos Seniors ainsi qu'au soutien des bonnes causes.

La Ville marque comme l'année dernière son attachement et son engagement à ses deux piliers que sont nos Aînés et la solidarité en achetant des bouquets de Tulipes de l'Espoir pour les offrir aux seniors, un geste qui apporte à tous baume au cœur et sourire sur les lèvres.

Outre la perspective de faire plaisir, l'achat de ces bouquets permet au Rotary Club d'Étampes, organisateur de l'opération Tulipes de l'Espoir, de poursuivre ses actions

sociales et caritatives auprès de la Halte Répét Alzheimer 4A L'Escale, soutenue dès la première heure par le Maire Franck Marlin, il y a 11 ans, mais aussi à l'association Saint-Vincent-de-Paul, à Retina France, à la Ligue contre le cancer de l'Essonne, à la Fondation Rotary ou bien encore à la Croix-Rouge locale, à Audéo et à l'École Solertia (autistes).

« Ce sont en moyenne 20 000 euros qui sont redistribués aux associations chaque année », déclare Michel Guiraud, le président du Rotary Club Étampes. « Et je ne peux que me féliciter que la Ville soit encore cette année à nos côtés pour soutenir nos actions en offrant des bouquets aux

ainés. C'est un beau geste », déclare-t-il en précisant qu'une bonne partie de la somme récoltée sera versée à une association d'entraide de Pologne, pays qui accueille de nombreux réfugiés ukrainiens.

La Ville d'Étampes a procédé en ce début de semaine à l'envoi d'invitations pour que les Seniors puissent venir retirer leur bouquet au plus près de chez eux dans leur quartier. C'est-à-dire à la salle des fêtes, à l'EPPVS, au Cen-



tre sportif Michel-Poirier, à la résidence Clairefontaine, au Temps des loisirs. La distribution est prévue le mardi 19 avril, de 14 h à 16 h 30.

Dans le langage des fleurs, la tulipe symbolise d'une manière générale l'amour. Et à Étampes, on ne badine pas avec l'amour que l'on

## SENIORS : IL EST REVENU LE TEMPS... DES LOISIRS

Beau printemps que celui des Seniors qui reprennent petit à petit leurs habitudes au Temps des loisirs. Un espace municipal qui propose à nos Aînés des repas le midi, des animations et des sorties concoctées par une équipe d'animation motivée et dynamique, emmenée, tambour battant, par Chloé Edriat, la nouvelle encadrante du Temps des loisirs.



Elle est jeune, sociable, pétillante, à l'écoute, pleine d'humour et débordante d'idées géniales pour animer la structure. « On l'adore », déclarent les Seniors conquis par Chloé, la nouvelle responsable du Temps des loisirs. « J'ai été royalement accueillie par l'équipe d'animation en place et par les Seniors », souligne Chloé Edriat. « Mon expérience professionnelle a été axée dans un premier temps sur le commerce, puis dans l'organisation

de séjours touristiques pour les enfants de la maternelle au lycée. Travailler avec et pour les Seniors est une grande première et cela se passe super bien. Je m'épanouis dans cette nouvelle fonction, je suis vraiment bien ici », explique Chloé. « Les Seniors qui viennent au Temps des loisirs sont attachants, courtois et volontaires dans tout ce qu'on leur propose », ajoute-t-elle. Isabelle, sa collègue animatrice le confirme. « Ils ont toujours été très deman-

deurs d'animations, de moments conviviaux et de sorties, mais leurs envies se sont décuplées depuis la pandémie. Nos Seniors ont souffert de toutes les restrictions sanitaires, ils ne veulent plus perdre une minute de leur temps pour s'amuser et s'émerveiller », complète-t-elle.

Et cela tombe bien. Chloé et son équipe ont musclé la programmation des activités du Temps des loisirs d'avril à juin.

## ZOOM SUR LES TEMPS FORTS

### SORTIES AU ZOO, AU CABARET ET DANS UNE CHOCOLATERIE !

Les sorties reprennent enfin. « Bien évidemment, elles se feront toujours dans le respect des règles sanitaires (port du masque obligatoire, gel hydroalcoolique et distanciation) », précise Chloé. « Trois sorties sont prévues. Le 20 avril, les Seniors pourront faire un safari au zoo de Thoiry. Un parc animalier qui s'étend sur près de 90 hectares et qui réunit plus de 750 animaux sauvages. Une grande aventure qui se situe à seulement 1 h 10 d'Étampes.



Le 17 mai, il y aura également une sortie au Cabaret de l'Étincelle près de Chartres. Leur revue pétillante, haute en couleurs et en surprises va mettre des étoiles dans les yeux des Aînés. Enfin le 24 juin, une sortie est prévue pour tous les gourmets chez Alex Olivier, maître chocolatier depuis 1927 à Neuville-aux-Bois dans le Loiret. Un restaurant et la visite de la Roseraie de Morailles, un patrimoine botanique d'exception, reflet d'une biodiversité rare et de flânerie au milieu des roses », détaille-t-elle. Vite réservez vos places !

### CRÉEZ AVEC LES DOIGTS DE FÉE

Qui a dit que la retraite était synonyme d'ennui ? Profitez de votre temps libre pour pratiquer un loisir pour lequel vous n'avez jamais eu assez de temps à consacrer, découvrir de nouvelles activités et rencontrer de nouvelles personnes. Non seulement votre moral sera à son beau fixe, mais en plus vous entretiendrez votre forme physique et vos capacités intellectuelles, voire découvrirez de nouvelles aptitudes. L'association Les Doigts de Fée vous invite à participer à une multitude d'activités manuelles : tricot, confections de bijoux avec des perles ou bien encore des tableaux Diamond's painting, mais aussi la confection de décoration pour les repas festifs à thème. L'atelier a repris ses activités tous le lundi et mercredi après-midi. Venez et si vous voulez vous investir, vous pouvez aussi déposer votre candidature à la présidence. Évelyne Saadoun qui a animé pendant 8 ans l'association est obligée de passer le flambeau pour raisons personnelles.



### ATELIER SELF-DÉFENSE

Faire du sport tout en apprenant des techniques de self-défense. C'est ce que propose le Team Djérinté Boxing Club. « L'objectif de ce cours adapté à l'âge et à la condition physique des Seniors est de leur apprendre des gestes simples, efficaces, accessibles, sans besoin de force et ayant pour but de contrer une agression pouvant survenir durant la vie quotidienne. Les techniques d'autodéfense proviennent de différents arts martiaux. Nul besoin de techniques complexes, ni de qualités sportives particulières », assure Henrik Pichet, coach du club reconnu au niveau national et international.



Henrik Pichet, coach du club reconnu au niveau national et international.

### ENCHANTEZ-VOUS PAR LE CHANT

Chanter mobilise 300 muscles, qui doivent agir au même moment pour produire du son. Voilà pourquoi le chant est un sport... de haut niveau. Et vous ne verrez jamais un Senior sortir des cours de chant animés par Mélody autrement que gais comme un pinson. « Les vertus du chant choral sont multiples. Il permet aux seniors d'évacuer leur stress, de chasser les idées noires, de prendre confiance en eux, d'améliorer leurs capacités respiratoires et leur mémoire mais surtout d'avoir une activité sociale enrichissante et conviviale », déclare Mélody qui invite les Seniors étampois à rejoindre le chœur tous les mardis de 13 h 45 à 15 h 45 !



### DES DÉJEUNERS CONVIVIAUX



Du lundi au vendredi, le Temps des loisirs invite tous les Seniors à venir déjeuner le midi. « Il faut toutefois réserver son repas, la veille avant 11 h. La cuisine municipale s'occupe du menu. Les repas festifs suspendus durant la période de pandémie vont reprendre comme avant une fois par mois, à partir du 21 avril. Ce sera aussi l'occasion de fêter les anniversaires du mois et de danser ! », assure la nouvelle responsable.

## Autres rendez-vous

12 mai : tournoi de belote. 19 mai et 30 juin : repas festif et anniversaire du mois.  
Du lundi au vendredi de 13 h 30 à 17 h : tournois de cartes (belote, tarot) et jeux de société.  
Temps des loisirs : 34, rue des Cordeliers. Tél. : 01 69 92 71 93.