

Seniors

Toutes les infos pratiques et utiles à connaître. Pour plus de renseignements, contactez le CCAS.

LIVRAISONS DE REPAS À DOMICILE

Personnes âgées, malades ou handicapées sur Quotient Familial

Notre prestataire *Saveurs et Vie*, spécialisé dans la conception de menus et le portage de repas adaptés aux seniors, vous propose de recevoir vos repas complets à votre domicile.

Un questionnaire vous est tout d'abord remis lors de votre inscription afin de déterminer les menus en fonction de la particularité de votre régime (sans sucre ajouté, sans sel, etc), ainsi que de vos préférences alimentaires.

Les livraisons s'effectuent le matin entre 9h30 et 12h du lundi au vendredi.

Vous avez également la possibilité de commander vos repas pour le week-end.

P'TITS SERVICES

Pour les personnes isolées et fragiles, le CCAS vous accompagne au quotidien :

Petites courses

À votre demande, et afin de vous dépanner, un agent peut aller chercher ce dont vous avez besoin : Pharmacie - Poste - Boulangerie ou petites courses (moins de 2kg).

Visites de courtoisie

Un agent de la ville se déplace chez vous afin de passer en petit moment en votre compagnie et faire le point sur vos éventuels besoins ou vous proposer un accompagnement.

Appels téléphoniques

Afin de prendre régulièrement de vos nouvelles, et vérifier que vous ne manquez de rien, les bénévoles du CCAS et les agents de la ville vous appellent une fois par semaine en période normale, et une fois par jour en cas de déclenchement du plan canicule.

NAVETTES GRATUITES

Pour les séniors avec des difficultés de mobilité

La ville met en place un service de navettes sur demande afin que vous puissiez faire vos courses en toute autonomie :

- au marché de Thorigny-sur-Marne le samedi matin
- à l'Intermarché de Thorigny-sur-Marne en semaine

TRANSPORTS

FORFAIT AMÉTHYSTE (ZONES 4 - 5)

- Pour toutes les personnes de plus de 65 ans non imposables sur le revenu
- et les adultes reconnus handicapés à 80 % par la CDAPH ou titulaires de l'Allocation Adulte Handicapés

Gratuit en Île-de-France sur les réseaux SNCF, RATP et OPTILE

La semaine dans les zones 4 et 5

Le week-end et jours fériés sur l'ensemble des zones 1 à 5

Frais de dossier : 20 €

FORFAIT AMÉTHYSTE (ZONES 1 - 5)

- Pour les anciens combattants et veuves de guerre

Gratuit en Île-de-France sur les réseaux SNCF, RATP, OPTILE

Dans les zones 1 à 5

Participation : 25 €

CARNET TICKET t+ (ZONES 4-5)

- Pour les habitants de plus de 65 ans (non cumulable avec le forfait Améthyste)

La ville propose deux carnets de 10 tickets par an

Participation : 2 € par carnet

TÉLÉASSISTANCE

Téléassistance 77 est un service destiné à favoriser le maintien à domicile des personnes âgées et des personnes en situation de handicap dans de bonnes conditions de sécurité.

Il est accessible à tous les Seine-et-Marnais de plus de 60 ans ou en situation de handicap sans limite d'âge.

En plus de la baisse de tarifs appliquée au 1^{er} avril 2020, vous pouvez bénéficier d'aides financières du département et du CCAS en fonction de vos revenus. N'hésitez pas à contacter le CCAS pour recevoir les formulaires nécessaires.

+ d'infos : <https://teleassistance77.europ-assistance.fr>

GYM DOUCE

Profitez d'un cours de Gym douce les mercredis de 10h à 11h ou de 11h à 12h à l'Esplanade.

Ce cours, par des jeux d'adresse et de réaction ainsi que des étirements est animé par un éducateur sportif spécialisé afin de vous aider à :

- Maintenir de votre équilibre
- Tonifier vos muscles
- Améliorer votre endurance

Les tarifs sont en fonction de votre quotient familial et vont de 15 à 142,5 €.

Contactez le CCAS pour profiter d'un cours d'essai gratuit.

LE VOYAGE COLLECTIF DES SENIORS

En plus de l'accompagnement au quotidien, le CCAS vous suggère régulièrement des séjours collectifs comprenant :

- La pension complète
- L'hébergement
- Le transport
- Des animations

Des aides ANCV et Quotient Familial municipal peuvent vous être proposées en fonction de votre avis d'imposition.

Prochain séjour : du 18 au 25 septembre 2021 à Saint-Jean-de-Monts (Vendée).

 Dépliant - Séjour Senior 2021 7.05 Mo

PLAN CANICULE

Pour les personnes isolées et vulnérables de 65 ans et plus, ou en situation de handicap, vous avez la possibilité de vous inscrire au plan canicule afin d'être contacté régulièrement par le CCAS (Centre communal d'actions sociales) afin de vérifier que tout va bien et vous aider à répondre à vos besoins si nécessaire.

L'inscription peut également être faite par un tiers (proche, ami, voisin etc.).

La fiche d'inscription est à télécharger ici et à remettre au CCAS :

 Fiche d'inscription - Plan canicule 2021 37.6 Ko

Voici quelques conseils sur les bons comportements à avoir en cas de canicule :

 La canicule et nous 1.03 Mo

Contact

CCAS

Pour l'accueil physique :
Centre Communal d'Action Sociale
4 rue du Moustier
77400 Thorigny-sur-Marne
France

- **Lundi** : 8h30 - 12h
- **Mardi** : 8h30 - 12h et 13h30 - 17h30
- **Mercredi** : 8h30 - 12h
- **Jeudi** : 8h30 - 12h et 13h30 - 17h30
- **Vendredi** : 8h30 - 12h

Pour les courriers :
Centre Communal d'Action Sociale
1 rue Gambetta
77400 Thorigny-sur-Marne

01 60 07 89 20
ccas@thorigny.fr

À télécharger

 Fiche d'inscription - Plan canicule 2021 37.6 Ko

 La canicule et nous 1.03 Mo

Voir aussi

[L'association APA \(Amitié aux Personnes Âgées\)](#)

GUICHET UNIQUE

Mairie de Thorigny-sur-Marne
1 rue Gambetta

[SUIVEZ NOUS SUR
FACEBOOK](#)

[SUIVEZ NOUS SUR
TWITTER](#)

You
are
using
a
browser
that
is
not
supported
by
the
Google
..