

# Le saviez-vous ?

## Les avantages fiscaux du service à la personne

Que ce soit au numérique ou de proximité, prendre soin de votre santé peut être facilité par de nouveaux dispositifs. On vous explique tout ici !

### MON ESPACE SANTÉ

Le numérique facilite aujourd'hui le quotidien, y compris dans la santé. Mon espace santé est un espace numérique personnel et sécurisé, proposé par l'Assurance Maladie et le Ministère de la Santé. Dans cet espace, retrouvez :

- Votre dossier médical : recevez, consultez ou téléchargez vos documents (résultats d'analyses, ordonnances, radios...)
- Votre profil médical : partagez toutes les informations utiles (antécédents médicaux, allergies et directives anticipées...) à vos professionnels de santé
- Une messagerie sécurisée de santé citoyenne : échangez des informations en toute sécurité avec vos soignants dans le respect du secret médical

- Un agenda médical : centralisez vos rendez-vous et recevez des rappels personnalisés de prévention (vaccins, etc.)

Il est possible d'activer son espace personnel en quelques clics depuis un ordinateur, une tablette ou un smartphone sur le site internet [www.monespacesante.fr](http://www.monespacesante.fr). Chacun reste libre de s'opposer à la création de son espace personnel ou de le fermer à tout moment.

### LES BILANS DE PRÉVENTION DU VAL DE L'EYRE

Saviez-vous également qu'il est possible de réaliser sur le Val de l'Eyre un bilan de santé à destination des plus de 65 ans éloignés du soin ? Cet examen, qui dure environ 45 minutes, permet de faire un point sur sa santé, bénéficier d'actions de dépistage et/ou s'inscrire ou se réinscrire dans un parcours de soins. Ce bilan de santé est pris en charge à 100% par la CPAM de la Gironde pour les bénéficiaires couverts par le Régime Général. Pour s'y inscrire, contacter le CCAS de Salles au 05 56 88 30 10.

#10 SEPTEMBRE 2025



# Flash Infos Seniors

TOUTE L'ACTUALITÉ POUR LES SALLOIS DE + DE 60 ANS

Ville de  
**SALLES**  
CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

## BOÎTE À IDÉES

Des idées, des envies d'animations ou de services ?

N'hésitez pas à contacter le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) !

> 11 allée du Champ de Foire - [ccas@ville-de-salles.com](mailto:ccas@ville-de-salles.com)

> Horaires

Lundi : 8h30-12h30 & 13h30-15h

Du mardi au vendredi : 8h30-12h30 & 13h30-17h30 (sauf mercredi après-midi)

## Numéros utiles

- CCAS : 05 56 88 30 10
- Astreinte Mairie : 06 14 83 58 37
- Gendarmerie : 17
- SAMU : 15

- Pompiers : 18
- Urgence européenne : 112
- Police municipale : 05 57 80 17 17

## En partenariat avec



## Édito

ADJOINTE AU MAIRE DÉLÉGUÉE À LA SOLIDARITÉ  
VICE-PRÉSIDENTE DU CCAS



Sylvie Dufourcq

Dans un monde où la technologie évolue sans cesse, il est essentiel de veiller à ce que tous les citoyens puissent bénéficier d'un accès aux technologies numériques.

Les nouvelles permanences numériques que nous proposons en partenariat avec le Conseil Départemental sont donc un outil précieux pour les seniors qui souhaitent rester connectés et autonomes et nous vous encourageons à venir découvrir les nombreux avantages de ces séances.

Le mois d'octobre sera aussi placé sous le signe de la Semaine Bleue. Une fois encore, le Conseil des Sages et le CCAS vous ont concocté un programme éclectique qui sera pour vous l'occasion de participer à divers ateliers ou de profiter de sorties hors de la commune.

Bonne lecture !



# La Semaine Bleue

365 jours pour agir,  
7 jours pour le dire

La Semaine Bleue est la semaine nationale des retraités et personnes âgées. Chaque année c'est l'occasion pour le CCAS et le Conseil des Sages d'organiser un programme d'animations et de sorties locales.

> Voici le programme de cette année. N'hésitez pas à vous y inscrire en contactant le CCAS au 05 56 88 30 10

## LUNDI 6 OCTOBRE

« Budget et arnaques : les bons réflexes » - 10h  
• RDV à la Maison Aquilino

Visite du musée du lac de Sanguinet - 13h30  
• RDV au CCAS

## MARDI 7 OCTOBRE

Gymnastique cérébrale - 10h30  
• RDV au Dojo, chemin de Lanquette

Balade guidée domaine de Graveyron (5km) - 13h30  
• RDV au CCAS

## MERCREDI 8 OCTOBRE

Découverte de l'impression  
végétale - 9h30  
• RDV à la Maison Aquilino

« Ramer des gencives en despi  
avec les djeun's ! » - 15h30  
Comment communiquer avec les ados ?  
• RDV au Labo (Espace jeunes  
22 route du Martinet)

## JEUDI 9 OCTOBRE

On part à l'aventure - 8h30 > 17h30  
> Visite du musée aviation militaire  
à Mont de Marsan (11h) et de la chapelle  
Notre Dame des cyclistes à la Labastide-  
d'Armagnac (15h)  
> Prévoir un peu de monnaie pour les  
cagnottes en fin de visite  
> Prévoir pique-nique ou repas possible  
dans une brasserie à votre charge  
(17€ - réservation préalable au CCAS)  
• RDV au CCAS

## VENDREDI 10 OCTOBRE

À vélo ! - 9h  
> 9h : Atelier réparation vélo  
> 10h30 : Sortie vélo au parc Birabeille  
de Mios. Apéritif offert sur place  
• RDV sous le préau de  
l'ancienne usine Courbin

Les postures clés pour rester  
en bonne santé - 14h  
• RDV au Dojo, chemin de  
Lanquette



À noter :

À partir de 15h30 le vendredi 10 octobre, le CCAS invite tous les participants à un pot de l'amitié venant clôturer la Semaine Bleue.

## NOUVEAU : DES PERMANENCES NUMÉRIQUES



À partir du 15 septembre, un conseiller numérique du Département sera présent tous les lundis matin tous les quinze jours (semaines paires) au CCAS. Vous pourrez poser toutes vos questions autour de l'informatique et développer votre autonomie numérique. Ces permanences seront organisées en petit collectif de 9h30 à 11h et de 11h à 12h en individuel sur RDV.



Tous les lundis  
semaines paires



9h30 à  
12h



CCAS de Salles



Informations et inscriptions  
au CCAS : 05 56 88 30 10

# Agenda

sept.-déc. 2025

## SORTIES SPORTIVES



Le CCAS et le service Sports et Vie Associative vous proposent une sortie sportive et ludique par mois. Ces activités sont gratuites et ouvertes à toutes les personnes de plus de 60 ans quelle que soit leur condition physique. Au programme de ces prochains mois :

• **Vendredi 26 septembre** : Parcours dans le vieux Bordeaux « L'histoire de l'eau à Bordeaux »

RDV à 8h30 au CCAS

• **Vendredi 17 octobre** : Jeux de piste en hommage à Serge Martin. RDV à 9h au CCAS

• **Vendredi 28 novembre** : Initiation au Poull-ball (sport collectif avec ballon). RDV à 10h à l'ancien Gymnase



Informations et inscriptions au CCAS : 05 56 88 30 10

## LE PARCOURS DU VAL DE L'EYRE

• **Au Barp** : Jeudi 9 octobre au lycée du Barp.

Quizz intergénérationnel. Testez vos connaissances en défiant les étudiants du Bac Sciences et Technologies de la Santé et du Social. Infos et inscriptions au CCAS : 05 56 88 30 10

• **À Lugos** : Samedi 29 novembre à 10h à la salle des fêtes.

Atelier cuisine intergénérationnel. Partagez un moment convivial autour de recettes d'antan avec les jeunes. Inscriptions auprès de l'Interval : 06 65 57 33 41

## HISTOIRE ET PATRIMOINE



Au cours de ce trimestre, le Conseil des sages, le Musée Intercommunal et le CCAS vous proposent plusieurs rendez-vous autour de la culture locale, de l'histoire et du patrimoine. L'ensemble de ces événements sont gratuits, ouverts à tous et sans inscription préalable.

> **Causerie du patrimoine** : autour d'un café dans une ambiance conviviale venez participez à la prochaine causerie du patrimoine qui abordera la thématique de la forêt des Landes de Gascogne.



Samedi 18 octobre



10h



Salle Picoutin

> **Conférence toponymie** : Les noms Eyre, Salles, Lugos, Saint-Magne font partis de notre quotidien, mais savez-vous vraiment d'où ils viennent ? Pour tout savoir, venez participer à cette conférence captivante animée par Bénédicte BOYRIE-FÉNIÉ spécialiste de la toponymie gasconne.



Samedi 8 novembre



15h



Salle des fêtes du bourg

> **Exposition école d'antan** : Le Conseil des Sages vous invite à découvrir une exposition dédiée à l'école d'antan. Replongez-vous dans vos souvenirs d'enfance en participant à cette exposition.



26 novembre au 1<sup>er</sup> décembre



10h-18h



Salle des fêtes du bourg

## LES CAFÉS MÉMOIRE



Destination Multimédia et le CCAS vous proposent un atelier dédié à la mémoire. Les cafés mémoire, réalisés sur tablette, permettent de travailler la mémoire tout en se familiarisant avec l'outil informatique. Basés sur des jeux cérébraux, les joueurs peuvent créer des équipes pour jouer ensemble et se défier les uns les autres.



Tous les vendredis  
du 14 nov. au 5 déc.



10h  
à 12h



CCAS de Salles



Informations et inscriptions  
au CCAS : 05 56 88 30 10