



# Quelques infos de la CCDS...

## Améliorez votre logement grâce à l'OPAH



Depuis 2 ans et jusqu'en 2017, la CCDS s'engage résolument aux côtés des propriétaires avec l'Opération Programmée pour l'Amélioration de l'Habitat (OPAH) : **aide financière, recherche de subventions, accompagnement gratuit et privilégié d'un bureau d'études** à toutes étapes du projet... La CCDS offre ainsi aux propriétaires, sous certaines conditions, une chance d'améliorer leur logement de plus de 15 ans, qu'ils aient besoin d'isoler leurs combles, de changer de mode de chauffage, de proposer des locations ou d'adapter leur maison pour permettre le maintien à domicile d'une personne âgée ou handicapée.

### Puis-je bénéficier de l'OPAH ?

L'OPAH s'adresse aux propriétaires qui habitent leur logement (les **propriétaires occupants**) et aux propriétaires qui louent leur logement ou qui souhaitent le louer (les **propriétaires bailleurs**).

Pour savoir si vous pouvez bénéficier de l'OPAH, rendez-vous avec votre avis d'imposition ou de non imposition à l'une des permanences suivantes :

- tous les mardis de 9 h à 11 h à la mairie de Samer,
- tous les mardis de 14 h à 16 h à la CCDS à Desvres,
- le 1<sup>er</sup> mercredi de chaque mois, de 9 h à 11 h, à la mairie de Colombert.

Ces permanences sont assurées par le bureau d'études Citémétrie, **mis gratuitement à votre disposition par la CCDS pour vous accompagner dans votre projet**, du montage de votre dossier au suivi des travaux. Vous pouvez également appeler au 03 21 91 86 00.

### Pour quels travaux ?

- PRIORITÉ 1 : rénovation lourde du logement (logement indigne ou très dégradé),
- PRIORITÉ 2 : travaux de lutte contre la précarité énergétique permettant d'atteindre 25 % d'amélioration énergétique (exemple : isolation des combles, changement du mode de chauffage, VMC...),
- PRIORITÉ 3 : travaux d'adaptation du logement permettant le maintien à domicile d'une personne handicapée ou âgée,
- PRIORITÉ 4 : réalisation de locations conventionnées.

### À quelles conditions ?

- le logement doit avoir plus de 15 ans
- les travaux doivent être réalisés par des professionnels (entreprises ou artisans),
- les propriétaires occupants doivent s'engager à rester dans le logement au moins 6 ans après l'accord de subvention et ne pas avoir bénéficié dans les 5 dernières années d'un prêt à taux zéro pour l'achat d'une habitation. Certains critères de ressources sont également à respecter.
- les propriétaires bailleurs s'engagent à louer leur logement pendant 9 ans à un locataire respectant des conditions de ressources, le loyer ne dépassant pas certains plafonds.

### Quel est le montant des aides ?

Selon les travaux à réaliser et les conditions de ressources des propriétaires, **les subventions peuvent aller de 50 % à 90 % du montant TTC des devis**. Quant aux propriétaires bailleurs qui mettront sur le marché des logements locatifs privés à loyers maîtrisés, ils bénéficieront d'une aide allant jusqu'à 50 %, selon le type de loyer choisi, sur le montant de travaux subventionnables.



## Mutuelle intercommunale le projet prend forme



L'idée de la CCDS est simple : regrouper le plus grand nombre de personnes intéressées pour négocier des tarifs compétitifs auprès d'organismes, professionnels et mutuelles de la santé.

Pour recenser les habitants intéressés, un questionnaire a été distribué dans les 10 000 foyers du territoire. Ils ont été nombreux à le retourner.

Un comité composé d'élus et de professionnels de santé a travaillé sur un cahier des charges pour définir les besoins. La CCDS a ensuite consulté les assureurs et mutualistes.

**L'offre retenue sera présentée aux habitants lors d'une réunion, salle polyvalente à Samer, le 22 février 2016 à 18 h 30.** "Chacun aura la possibilité d'adhérer ou non à cette mutuelle. Il n'y a rien d'obligatoire", souligne Evelyne Durot, vice-présidente en charge des services à la population. "L'idée n'est pas forcément d'aller au moins cher mais d'obtenir le meilleur rapport prix / garanties".

**Tous les habitants sont conviés à cette réunion, même ceux qui n'ont pas répondu au questionnaire.**

# Marche aquatique et aquatraining : 2 nouvelles activités à la piscine intercommunale

## Douce et bienfaisante la marche aquatique

Nouveau concept inspiré du longe-côte, très en vogue en bord de mer, cette activité permet de travailler l'endurance en douceur dans une eau à 30°, sur un fond musical inspiré de la nature. Les participants se promènent dans l'eau en exécutant simultanément un mouvement de jambe et un mouvement de bras à l'aide ou non de petites pagaies. «Outre l'endurance, la marche aquatique est efficace dans le cadre d'un renforcement des muscles du bas du dos et du tronc (lombaires et abdominaux). Elle peut constituer aussi un contact aquatique privilégié pour les non nageurs ou un complément pour les personnes en phase de rééducation», précise Caroline, maître-nageur.



## Tonique l'aquatraining !

Dynamique et ultra complète, l'aquatraining réunit plusieurs activités. «Pas le temps de s'ennuyer ! Chaque atelier est composé d'exercices intenses de courte durée avec changements réguliers toutes les 3 à 5 minutes. Nous gérons le timing, l'intensité et les cadences afin de booster la séance», soulignent Jean-Thomas et Johann, maîtres-nageurs. Pour travailler toutes les parties du corps et se tenir en forme, les différents ateliers se composent d'aquatrapline, d'aquastep, d'aquabike, d'aquasculpt, d'aquapunch, d'abdos, d'élastibande... Une activité vraiment complète !



**Aquatraining** : Cours de 40 minutes sur réservation. 2 créneaux : le vendredi à 12 h 10 et 13 h en période scolaire

**Marche aquatique** : Cours de 45 minutes sur réservation au 03 21 91 63 08. Le jeudi à 16 h 45 en période scolaire  
7,40 € la séance - Renseignements au 03 21 91 63 08

## Ateliers Loisirs de Février Nouvelle organisation pour encore plus d'activités

### TROIS JOURNÉES POUR LES 6/12ANS

**Journées complètes de 9h30 à 17h (5€ la journée)**

*Vous pouvez inscrire votre enfant pour les 3 journées ou pour celle(s) de votre choix. Prévoir le pique-nique du midi (repas encadré et surveillé)*

**Mardi 9 février à Crémarest** sur le thème «Le carnaval» : confection de masques, tambours, chapeaux, arlequin articulé, activités cirque, sport collectif, maquillage, chasse aux trésors...

**Vendredi 12 février à Lottinghen** sur le thème «Les arts du monde» : initiation au Hip Hop, accrogym, loisirs Créatifs (mandala, poupées russes), initiation au Djembé, maquillage...

**Judi 18 février à Colembert** sur le thème «La musique» : jeux sportifs « Sports innovants » et lutte, confection d'instruments de musique, initiation au djembé, jeux sur le thème de la musique, memory sur les Instruments...



### QUATRE DEMI-JOURNÉES POUR LES 2/6 ANS

**Demi-journées de 9h30 à 12h**

Lundi 8 et mercredi 10 février à Alincthun : Baby gym et Contes animés (5€)

Judi 11 et vendredi 12 février à Longfossé : Baby gym et Contes animés (5€)

**Inscriptions à la CCDS au 41, rue des Potiers à Desvres (03 21 92 07 20)**

## Infos à noter

### JOURNÉE VACANSPOORT

Plusieurs fois dans l'année, la CCDS propose aux enfants du territoire de découvrir des sports originaux dans une ambiance conviviale. Pour les vacances de Février, une nouvelle journée Vacansport est programmée mardi 16 février à Samer. Renseignements et inscriptions auprès de la CCDS au 41, rue des Potiers à Desvres ou au 03 21 92 07 20.

### SOIRÉE ZEN À LA PISCINE

Soirée Zen mardi 9 février 2016. Ambiance relaxante (déco, musique, bougies, encens...). Ateliers massages, sophrologie et reiki. Créneau tout public de 17 h 30 à 19 h 15. Créneau adultes de 19 h 30 à 21 h 30. Renseignements au 03 21 91 63 08 ou directement à la piscine.



### Gardez le contact

Le site et la page Facebook de la CCDS pour être toujours informé de ce qu'il se passe sur le territoire