

Sortir...  
Écouter...  
Voir...

Choisissez vos sorties ! Et retrouvez aussi le programme détaillé des manifestations culturelles distribué avec le bulletin municipal, et disponible dans tous les lieux publics.

## FÉVRIER

**Vendredi 22 et samedi 23 à 20h45 et dimanche 24 à 15h30 : Entr'actes de poche**

« **La Crique** » Entrée : 8€, 40 places par spectacle.  
Réservations : 06.08.43.81.24 - Centre Gérard Philippe (salle Tingaud)

**Du samedi 23 au dimanche 10 mars : Exposition Jean LAFON**, au Château des Izards

**Dimanche 24 à 14h30: Bal musette**, Organisé par Les Croquants d'Escornabiou, Centre Gérard Philippe

**Judi 28 à 14h30 : Goûter Au fil des saisons**, centre Gérard Philippe - Contes de Daniel Chavaroche

## MARS

**Vendredi 1<sup>er</sup> mars à 20h30 : Loto de l'école de foot**, Centre Gérard Philippe

**Du samedi 16 au dim. 31 mars : Exposition Giovanni CAROSI**, au Château des Izards

**Dimanche 11 : Entr'actes de poche « Emy et Emma »** Entrée : 8€, 40 places par spectacle. Réservations : 06.08.43.81.24 - Centre Gérard Philippe (salle Tingaud)

**Mardi 19 à 18h30 : Commémoration de la fin de la Guerre d'Algérie**, organisée par le Comité local FNACA - Monument aux Morts du Bourg de Coulounieix

**Dimanche 24 à 13h30 : Carnaval** : Rendez-vous à 13h30 au sein de l'espace Jacqueline Auriol avec différents stands (buvette, maquillage...). Le départ de la parade est prévu à 14h45 dans les rues de Chamiers et se terminera par le traditionnel embrasement de Pétassou vers 16h40.

**Mardi 26 à 18h : Rendez-vous Conte ! « La merveilleuse épopée de Hindbad le porteur d'eau »** (à partir de 6 ans), organisé par la bibliothèque François-Rabelais (05.53.54.03.02) - Bibliothèque François-Rabelais au Château des Izards

## Et Revoir...

>> **Le traditionnel repas des Anciens** a rassemblé cette année encore plus de 500 participants les samedis 24 novembre et 1<sup>er</sup> décembre derniers au restaurant du lycée agricole la Peyrouse. Un repas dansant dans une ambiance chaleureuse et festive avec le concours de l'orchestre Valade qui a animé les deux journées.



### >> La Journée internationale des personnes âgées

a été créée par l'ONU en 1991 et est célébrée le 1<sup>er</sup> octobre de chaque année. À cette occasion, le Comité Mieux Vivre Ensemble a organisé tout le mois d'octobre une campagne d'affichage. Des citations ont été apposées sur les panneaux électoraux de la commune installés sur cinq emplacements

particulièrement passants : la mairie, le centre social Saint-Exupéry, le magasin Intermarché, le bourg de Coulounieix et l'école Eugène-Le-Roy.

Quarante citations sur le thème de la vieillesse se sont mêlées à des photos de regards d'habitants colomniérois. Le lecteur a pu apprécier les mots de Victor Hugo, Coco Chanel, Jean Rostand, Marcel Pagnol, Cicéron et d'autres... Autant de personnalités qui ont prêté leurs mots à cette action. Au total 22 habitants de la commune ont pour leur part prêté leur regard à cette action. Certains d'entre vous se sont-ils reconnus ? Quelques citations :

« Vieillir est ennuyeux, mais c'est le seul moyen que l'on ait trouvé pour vivre longtemps. » Sainte-Beuve

« Si jeunesse savait, si vieillesse pouvait, rien ne se perdrait. » Henri Estienne

« Quarante ans, c'est la vieillesse de la jeunesse, mais cinquante ans, c'est la jeunesse de la vieillesse. » Victor Hugo

« Etre vieux, c'est quand on tutoie tout le monde et que personne ne vous dit « tu ». » Marcel Pagnol

« Personne n'est jeune après 45 ans mais on peut être irrésistible à tout âge. » Coco Chanel

« D'accord, j'ai un pied dans la tombe, mais je ne veux pas qu'on me marche sur l'autre. » Denise Grey

**Les prochains rendez-vous des "Lundis Ciné" sont fixés aux lundis 18 mars, 8 avril, 13 mai et 3 juin à 14h à l'auditorium du collège Jean Moulin.**

Retrouvez tous les détails dans le programme ci-joint.

**Prochain numéro en juin 2013.** Merci de faire passer vos informations ou vos messages à Muriel Beau **avant mi-mai 2013**  
☎ 05.53.35.57.16.



# De vous à nous

fév. 2013  
N° 34

Le journal des Anciens de la ville de Coulounieix-Chamiers

## Sommaire

A vous de découvrir  
Action "Lire Ensemble"  
Zoom sur...  
Les aides légales  
Portrait :  
Danièle Beaucamp  
Sortir, écouter, voir...  
Et revoir !  
Journée du 1<sup>er</sup> octobre,  
Repas des anciens

**C'EST** avec beaucoup de plaisir que je vous présente ce nouveau numéro de « De Vous à Nous », le journal des Anciens.

Je sais que vous êtes très nombreux à lire notre magazine municipal et je vous remercie chaleureusement pour votre fidélité.

Une fois encore dans ce premier numéro de l'année 2013, vous trouverez toutes les informations utiles et nécessaires pour faciliter vos démarches administratives. Vous y trouverez toutes les réponses aux questions que vous vous posez sur les prestations de maintien à domicile.

Comme vous le savez, la municipalité soutient avec force toutes les initiatives qui permettent de recréer et de tisser du lien humain, du lien social et en particulier du lien intergénérationnel. C'est pour cela que je vous invite vivement à vous inscrire à la très belle action « Lire Ensemble » qui est proposée par le comité Mieux Vivre Ensemble. Ces moments de lecture sont d'une grande richesse humaine, je félicite et remercie les équipes qui mettent en place cette magnifique initiative.

En tant que Maire, je suis très favorable à la mise en œuvre sur notre territoire communal, de tels projets qui permettent de proposer à nos Anciens les meilleures conditions possibles de vie.

Je vous souhaite une agréable lecture.

Bien à vous,

Votre Maire,

Jean-Pierre ROUSSARIE

## A vous de découvrir



« Lire Ensemble » : un moment de lecture à partager !

Le Comité Mieux Vivre Ensemble vous invite à participer à l'action « Lire Ensemble » qui se déroule à la bibliothèque François-Rabelais un vendredi par mois. Depuis octobre 2012, de 14h à 15h30 environ, Marine et Morgane, deux jeunes du lycée Pablo-Picasso, lisent les textes qu'elles ont choisis, devant un public de personnes âgées. Chaque séance aborde un thème prédéfini.

En janvier, les deux jeunes filles ont évoqué l'école d'antan. Pour l'occasion, Danièle Beaucamp, bénévole au centre social Saint-Exupéry qui les accompagne, a préparé une petite exposition joliment documentée : livres, plumiers, vieux cahiers d'écriture de 1911 et photos de classe des années 30 et 40...

Chaque séance est complétée par des chansons, des souvenirs et des échanges autour des textes lus. Comme le public connaît le thème à l'avance, il peut apporter ses textes ou ses chansons.

« Pour nous, c'est toujours positif de voir les aînés sortir, s'exprimer et rencontrer d'autres personnes. Cela permet de se détendre en se laissant porter par les textes d'auteurs plus ou moins connus.

Les participants peuvent aussi emprunter des livres auprès du personnel de la bibliothèque qui est vraiment très accueillant ! », précise Isabelle Plénat, coordinatrice du Comité mieux Vivre Ensemble.

Cette action intergénérationnelle très enrichissante associe plaisir, formation et échanges aussi bien pour le public que pour Marine et Morgane.

La participation à cette animation est gratuite, avec une possibilité de transport pour ceux qui ont du mal à se déplacer. Les prochaines dates sont **les vendredis 22 mars, 26 avril, 17 mai, 7 juin 2013 à 14h.**

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à contacter Isabelle au Centre Social Saint-Exupéry : 05.53.45.60.30.





## Se faire aider pour rester chez soi

Le CLIC (Centre local d'information et de coordination) du Grand Périgueux présente un tour d'horizon des différentes aides légales concernant le maintien à domicile.

### Les aides dispensées par le Conseil général :

#### L'APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie) à domicile :

Cette prestation en nature permet de compenser les frais engendrés par la dépendance. Elle concerne les personnes vivant chez elles, en famille d'accueil ou en établissement médico-social.

Des conditions d'attribution sont fixées : la personne qui fait la demande doit être âgée d'au moins 60 ans, être en perte d'autonomie (évaluée avec la grille AGGIR), avoir besoin d'une aide pour l'accomplissement des actes essentiels de la vie et résider en France.

Le dossier de demande est à retirer au Conseil général, au CCAS ou au CLIC.

Après avoir évalué la perte d'autonomie, l'équipe médico-sociale du Conseil général élabore un plan d'aide en tenant compte des besoins en matière d'aide humaine et technique.

Le montant de l'APA est fonction du niveau de dépendance (GIR compris entre 1 "très dépendant" et 4 "moyennement dépendant"), du contenu du plan d'aide ainsi que des ressources. Le versement de cette prestation est mensuel.

#### L'aide ménagère à domicile :

Cette prestation sociale est destinée aux plus de 65 ans (ou à partir de 60 ans si inaptitude au travail) vivant à leur domicile, encore autonomes (GIR 5 ou 6).

Cette prestation s'adresse aux personnes dont les ressources sont inférieures au plafond de l'aide sociale, soit moins de 777,16 € pour une personne seule et moins de 1 206,59 € pour un couple.

L'aide ménagère à domicile accompagne certains actes de la vie quotidienne : entretien du logement, courses, démarches simples et courantes que la personne ne peut pas accomplir elle-même.

### Les prestations des caisses de retraite :

Chaque organisme de retraite a sa propre politique sociale d'aide au maintien à domicile. Il convient de se renseigner auprès de son organisme de retraite. Exemples de prestations extra légales proposées par la CARSAT aux retraités encore relativement autonomes.

#### Aide au maintien à domicile :

Le Plan d'Actions Personnalisé (PAP) de la CARSAT s'adresse aux retraités à titre principal du régime général, âgés d'au moins 55 ans. Ces personnes doivent rencontrer des difficultés particulières en raison de leur âge, leur état de santé ou l'isolement.

En évaluant à domicile les besoins quotidiens, le PAP propose des services pouvant être financés en partie par la CARSAT (aide à domicile, portage de repas, téléassistance, aides techniques pour le logement, etc.).

Le bénéficiaire s'acquittera d'une participation déterminée en fonction de ses ressources.

#### ARDH (Aide au Retour à Domicile après Hospitalisation) :

L'ARDH est un dispositif de la CARSAT permettant de bénéficier, durant 3 mois, sous certaines conditions, d'aides au domicile à la sortie d'une hospitalisation. Pendant l'hospitalisation, le référent de l'établissement de santé (le plus souvent une assistante sociale) mesure la capacité à recouvrer l'autonomie et évalue les moyens nécessaires à un retour à domicile dans de bonnes conditions. Le plan d'aide peut se composer de divers services : aide à domicile, aides techniques, portage de repas, télé-assistance, pédicurie... Il est ajustable par l'assistant du service social qui en assure le suivi. Attention : l'ARDH n'est pas cumulable avec le PAP ou l'APA.

Pour plus d'informations sur les prestations, contacter le CLIC du Grand Périgueux, 29 rue de Metz au 05.53.53.62.62 | clic@cassiopea.fr

En bref...



### Amélioration du logement.

Une réunion d'information sur le programme Améliâ mené par la Communauté d'agglomération périgourdine (CAP) aura lieu le mardi 19 février à 14h30 à la salle de la Pagode du centre social Saint-Exupéry. Ce programme est destiné à accompagner les personnes désirant effectuer des travaux d'amélioration dans leur logement (assainissement, électricité, isolation, chauffage, sanitaires...) et apporter des solutions concrètes (aides financières, conseils personnalisés et gratuits) pour les réaliser. Informations et renseignements au 0.805.70.21.22 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h.

### Séance de prévention.

En partenariat avec le CCAS, l'association CASSIOPEA vous invite à une séance de prévention gratuite le mardi 16 avril à 14h30 au salon bleu du Château des Izards. Animée par un psychologue, la séance aura pour thème « Tout savoir sur la mémoire ». L'objectif est de permettre à tous les participants de mieux connaître le fonctionnement de la mémoire ou plutôt des mémoires, les sensibiliser aux pathologies les plus fréquentes associées à l'âge. Enfin, elle permettra à chacun de découvrir des techniques simples pour l'exercer au quotidien et maintenir le plus possible son autonomie dans sa vie quotidienne.

Le CLIC du Grand Périgueux intervient dans le cadre du schéma gérontologie départemental, il est l'un des trois services de l'association CASSIOPEA. Ses missions :

- Mission d'information et d'orientation : il rassemble toutes les informations susceptibles d'aider les personnes dans leur vie quotidienne.
- Mission de coordination : le CLIC travaille en lien avec les acteurs locaux (Conseil Général, mairies, CCAS ou CIAS, les caisses de retraite, les services de maintien à domicile, les structures hospitalières...)
- Mission d'évaluation : il est structure d'évaluation pour la caisse de retraite CARSAT dans le cadre des aides au maintien à domicile.
- Mission de prévention : le CLIC met en place des actions d'information ou de prévention du vieillissement, de soutien aux aidants qui prennent différentes formes : réunions d'information, conférence débat, ateliers... Le CLIC est également relais de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH) pour informer et aider à constituer un dossier.

Portrait



## Danièle Beaucamp : Passionnée de livres et bien ancrée dans les traditions

Bénévole au centre social Saint-Exupéry, Danièle Beaucamp s'occupe assidûment depuis le mois d'octobre 2012 de l'action « Lire Ensemble » qui se déroule un vendredi par mois à la bibliothèque François Rabelais (cf. page 1). Un moment de partage et d'échanges que Danièle apprécie tout particulièrement.

A bientôt 70 ans, Danièle est une passionnée des livres depuis sa plus tendre enfance : elle aime transmettre sa passion pour la lecture mais aussi son amour pour les valeurs et les traditions du monde rural.

### Des livres pour laisser une empreinte...

Danièle a sans doute hérité de cette passion pour la lecture de son arrière grand-mère, très bonne lectrice qui possédait de nombreux ouvrages. Difficile pour elle d'évoquer le nombre de livres en sa possession, de même que ses auteurs préférés, si nombreux. Elle admet quand même une préférence pour Marcel Pagnol, Prévert et ses poésies ou l'espagnol Garcia Lorca qu'elle savoure en texte original.

La lecture, c'est tout simplement un autre univers : « quand je lis, je me transpose dans un autre monde. Il peut tomber un obus sur la maison, le monde extérieur n'existe plus ! » plaisante-t-elle.

### Une passion à transmettre

Depuis cinq ans, elle intervient auprès des enfants de l'école maternelle Louis-Pergaud avec l'association « Lire et faire lire ». Chaque vendredi, elle choisit des livres avec la maîtresse et fait la lecture aux enfants. « Il est très important de les imprégner de la lecture et de leur donner des références littéraires, sinon ils ne connaîtront que les images », précise Danièle.

Et lorsqu'Isabelle Plénat, coordinatrice du comité Mieux Vivre Ensemble, lui a proposé d'intervenir avec les jobs d'été sur des ateliers lecture, Danièle n'a pas hésité une seconde. Depuis, elle s'investit dans l'action « Lire Ensemble » accompagnée

de Morgane et Marine, deux étudiantes. « Pour la séance de préparation, je les laisse agir et prendre des initiatives, je les conseille sur des auteurs. Cet après-midi est un vrai moment de contentement, on se fait plaisir. La restitution, le vendredi procure une bouffée d'oxygène, un vrai bonheur », s'enthousiasme-t-elle. Danièle affectionne la bibliothèque. Dans ce lieu, la magie des livres opère avec toute son aura. Au fil des séances, le public se dévoile. Pendant cet atelier fédérateur, chaque acteur y compris le personnel de la bibliothèque apporte un peu de ses connaissances. Une continuité pour Danièle qui était professeur de biologie : elle aime transmettre aux petits comme aux grands ce savoir venu des livres et au-delà, perpétuer les us et coutumes.

### Les traditions, une valeur inestimable !

Danièle est née à Plancheix dans la maison familiale d'une grande famille de Coulounieix. Son père, Gaby Dardailler, est l'un des membres fondateurs du groupe folklorique les Croquants d'Escornabiou. En 2001, après sa carrière de professeur dans l'Allier, Danièle est revenue dans sa commune natale et tout naturellement, elle a réintégré le groupe folklorique. Elle a participé en 2006 au projet « Quand la ville mange la campagne » réalisé par les élèves de l'école primaire Louis-Pergaud qui retrace l'évolution de la commune de 1850 à aujourd'hui. Véhiculer les traditions de nos anciens est quelque chose qui lui tient à cœur : « Nos racines, on doit les garder et les transmettre », conclut-elle.

