

Sommaire

À vous de découvrir

7^e journée nationale des aidants

Zoom sur...

Un été sous le signe
de la fraîcheur et de la jeunesse

Portrait :

Le conseil des sages

Sortir, écouter, voir...

De juin à août

Et revoir !

Exposition

"Notre âge, Notre vie"

Conseils de bon voisinage

Attention aux bruits

À vous de découvrir

LE 6 OCTOBRE PROCHAIN, C'EST LA 7^e JOURNÉE NATIONALE DES AIDANTS !

L'ensemble des partenaires du Comité Mieux Vivre Ensemble avec l'association Cassiopea, l'Association d'aide à domicile Acadvs, le Centre communal d'action sociale, le Centre social Saint-Exupéry et la Carsat se sont associés pour la 7^e édition de la journée nationale des Aidants. **Cette journée d'information, gratuite et ouverte à tous, se déroulera le jeudi 6 octobre de 10h à 17h au Château des Izards.**

Une journée nationale animée au niveau local

Lancée en 2010, cette journée vise à sensibiliser la société et les médias au rôle indispensable des proches de personnes dépendantes, malades ou en situation de handicap.

Accompagner une personne dépendante ne s'improvise pas. Pourtant, pour 8,3 millions de Français, cette mission s'est plus ou moins rapidement imposée d'elle-même : parfois brutalement, parce que la maladie arrive sans prévenir ; parfois progressivement, parce que l'état de santé se dégrade jour après jour.

Aujourd'hui, ces hommes et ces femmes aident leur proche dépendant dans tous les actes de la vie, parfois 24h/24. Même si ce rôle leur paraît naturel, il n'en est pas moins éprouvant, tant physiquement que moralement.

Des informations, des témoignages

Toute la journée, les partenaires locaux et les associations œuvrant dans le domaine de la dépendance présenteront des dispositifs facilitant le quotidien.

Des stands regrouperont du matériel (lit médicalisé, plateau tournant, drap de glisse...) avec des démonstrations, et de l'information pour présenter les aides techniques et les dispositifs d'accueil et d'accompagnement : portage de repas, système MémoClé (présenté dans le numéro 41 de **De Vous à Nous** de juin 2015), garde itinérante de nuit, hébergement temporaire, solutions d'amélioration de l'habitat, aides financières, etc.

Une conférence ayant pour thème « *Qu'est-ce qu'un aidant ?* » animée par Élodie Jung, directrice de l'Afa (association française des aidants) sera suivie d'une table ronde animée par Viridiana Roumeau (*photo ci-contre*), avec des témoignages d'aidants pour nous permettre de mieux comprendre les différents aspects de la relation d'aide.

Cette journée conviviale avec des animations et des expositions a pour objectif de permettre aux aidants comme aux personnes aidées de faciliter leur quotidien.



Préparation de la table ronde avec Viridiana Roumeau, chargée des actions de prévention de l'association Cassiopea, et des aidants.

Renseignements : Isabelle Plénat au Centre Social Saint-Exupéry, 05.53.45.60.30.



Zoom sur... Zoom sur... Zoom sur... Zoom sur... Un été sous le signe de la fraîcheur et de la jeunesse !

Depuis 2009, pendant les deux mois d'été, 12 jeunes âgés de 15 à 17 ans travaillent aux côtés des plus âgés. C'est ce que l'on appelle « l'intergénération » !

Une équipe de 6 jeunes s'active en juillet, une autre en août. Animer, informer, assister et communiquer seront leur quotidien de cet été.

Un travail saisonnier varié et enrichissant

Les jeunes remplissent en effet plusieurs missions :

- un travail d'**assistant-animateur** avec la maison de retraite Jean-Gallet, le Centre Social Saint-Exupéry et l'Acadvs : **ils secondent les animatrices de ces structures dans leur travail quotidien auprès du public âgé qui participe aux animations.**

- un travail de **contact téléphonique** avec le CCAS et l'association Cassiopea : **ils vous appellent pour vous informer sur la canicule ou pour prendre de vos nouvelles.**

- un travail d'**agent de convivialité** avec Cassiopea : **ils secondent l'agent de convivialité qui vient vous rendre visite à domicile.**

- un travail de **soutien solidaire** avec le Centre Social Saint-Exupéry : **encadrés par des bénévoles retraités, ils vous donnent des coups de main gratuits pour vous aider pour vos petits travaux.**

À raison de 14h par semaine, ils sont bien occupés pour prendre conscience de ce qu'est la vie de personnes qui ont au minimum 65 ans de plus qu'eux ! Même si pour eux, votre âge est encore très lointain, ils sont nombreux à apprécier de vous rencontrer et passer du temps avec vous.

À la fin de leur job, ils repartent vers leur quotidien en ayant d'une part, vécu une expérience professionnelle et d'autre part, une expérience humaine : les clichés sur les personnes âgées ont disparu, ils ont découvert des domaines qu'ils ne connaissent

pas, ils ont gagné en confiance en eux (grâce à votre bienveillance à leur égard) et ils ont envie de recommencer ! À la fin du mois, ils reçoivent un petit salaire.

Comme les étés précédents, certains d'entre eux pourront venir vous aider gratuitement pour vous rendre des petits services à domicile si vous le souhaitez. N'hésitez pas à nous le demander.

Nouveau ! Des rendez-vous quotidiens en mairie

Suite à « un premier essai » l'année dernière qui avait permis de vous accueillir ponctuellement lors des épisodes caniculaires de l'été (photo ci-dessus), une nouvelle expérience est lancée cette année : tous les après-midis de juillet et d'août, dans la salle climatisée du conseil municipal, des animations auront lieu, gratuites et ouvertes à tous. Un jeune sera aux côtés des animatrices pour vous y recevoir.

Le but est d'accueillir des personnes qui souffrent de la chaleur chez elles dans un cadre rafraîchi et convivial. Jeux, gymnastique douce, Scrabble, pétanque, conférence, atelier mémoire, art floral, dance country, « nail art » (manucure artistique), atelier créatif, cinéma, loto... : le Comité Mieux Vivre Ensemble organise les animations et coordonne les associations colomniéroises qui participent à l'animation de ces après-midis.

Un programme est en cours d'élaboration, il sera disponible auprès des associations partenaires du Comité Mieux Vivre Ensemble et en mairie à la fin du mois de juin.

EN PRATIQUE

- **Le Comité Mieux Vivre Ensemble : EHPAD Jean-Gallet, CCAS, Acadvs, Cassiopea, Centre Social Saint-Exupéry.**

- **Pour toute information supplémentaire, contactez Isabelle Plénaud au Centre Social Saint-Exupéry, 05.53.45.60.30.**

En bref

Plan canicule 2016.

Comme tous les ans, le CCAS tient un registre nominatif permettant une veille sanitaire et sociale auprès des personnes recensées en cas de canicule. La municipalité invite toutes les personnes âgées isolées et/ou handicapées à s'inscrire sur ce registre. L'inscription s'effectue par la personne elle-même ou par un tiers (membre de la famille, voisin, aide à domicile...) avec accord de la personne. Le formulaire est joint au journal et disponible en mairie, au CCAS et sur le site Internet de la ville www.coulounieix-chamiers.fr

Petit rappel : les bons gestes !

On parle de canicule et de danger pour la santé lorsque ces trois critères sont rassemblés : il fait très chaud, la température ne descend pas ou très peu la nuit et cela dure trois jours ou plus. Durant cette période, il est indispensable d'adopter les bons gestes : boire régulièrement de l'eau, mouiller son corps et se ventiler, manger en quantité suffisante, éviter les efforts physiques, ne pas boire d'alcool, maintenir sa maison au frais et contacter ses proches pour donner et prendre des nouvelles. Informations auprès du CCAS, 05.53.35.57.16

Lundis Ciné : ça continue durant l'été !

Les Lundis Ciné continuent durant les mois d'été. La première séance aura lieu le lundi 4 juillet avec « L'oncle Charles » à l'auditorium du collège Jean-Moulin. La deuxième se déroulera dans la salle du conseil municipal avec le film « 15 Août » le lundi 8 août à 14h. Puis les séances reprendront dès les lundis 5 septembre avec « La liste de mes envies » et 3 octobre avec « Faubourg 36 », à l'auditorium du collège. Le programme est joint au journal.

Portrait

Le conseil des sages : une entité citoyenne à part entière



Voilà presque 8 ans que le conseil des sages participe à la vie locale. De Vous à Nous fait un tour d'horizon des missions et actions de ce groupe de bénévoles Colomniérois au service du bien-vivre ensemble.

Mis en place par la volonté du maire et de son équipe municipale le 23 octobre 2008, le conseil des sages est une force de réflexion autonome dont la mission consiste à donner son avis, à faire des propositions sur des dossiers d'intérêt général confiés par les élus ou dont il souhaite se saisir. Il s'interdit la défense des intérêts particuliers ou politiques. Il a un rôle d'utilité sociale. Il participe à des actions citoyennes de la cité, dans le respect des valeurs républicaines que sont la liberté, la dignité et la tolérance.

Richesse de la diversité

Le conseil des sages est intergénérationnel : ses 26 membres sont âgés de 35 à 79 ans, dans le respect de la parité. Ils habitent différents lieux de la commune et apportent aux réflexions la richesse de leurs expériences et parcours divers. Il est composé de deux collèges :

- Un premier collège composé de 13 membres nommés par le maire,
- Un deuxième collège composé d'habitants volontaires inscrits sur les listes électorales.

Lors de sa mise en place, un appel à candidature est lancé. Les habitants peuvent aussi directement proposer leur candidature en écrivant à monsieur le maire. C'est une instance de démocratie participative, un moyen d'expression qui vit par la volonté des citoyens et leur désir de participer à la vie de la commune et de vivre ensemble au mieux des intérêts collectifs.

Au service du bien-vivre ensemble

Le conseil des sages travaille en toute indépendance, sur des sujets qui concernent la vie des habitants et de la commune dans toute sa diversité : social, solidarité, culture, économie, environnement, urbanisme... Il s'est organisé en trois groupes de travail :

- **Vivre Ensemble** : travail sur les thématiques du civisme, de la mixité sociale, de la scolarité.
- **Nouveaux Territoires** : réflexion en relation avec

la nouvelle loi concernant la fusion des communes.

- **Cadre de Vie** : travail sur l'aménagement du cadre de vie et le thème de l'accessibilité.

Des rencontres ont lieu régulièrement avec le maire et des élus de la commune. Le conseil des sages relaie ses actions par des articles dans le bulletin municipal **ma ville** et dans ce journal **De vous à Nous**, autour de thèmes divers (dernièrement : la pyrale du buis, le bruit, la taille des haies et arbres qui débordent sur les trottoirs par exemple).

Dans le numéro **De vous à Nous** de décembre 2015, un mémo pratique de numéros de téléphone a été joint. Ce mémo, élaboré par le conseil des sages avec la participation du service communication de la mairie, a pour vocation de rappeler tous les numéros utiles concernant les services offerts à nos anciens sur la commune ; les sages souhaitent ainsi permettre à chacun de trouver facilement le service adapté à sa situation, et participer à la lutte contre l'isolement.

Chacun peut participer

Le rôle du conseil des sages, n'est pas de se substituer au conseil municipal, mais de faire des propositions dans l'intérêt de tous : c'est une instance consultative. Composé de bénévoles, il n'a aucun budget de fonctionnement : il ne coûte donc rien à la communauté ! Toutes les actions menées font l'objet d'un compte-rendu soumis au maire et au conseil municipal. Selon les cas, en fonction des priorités et des coûts engendrés, certaines sont mises à l'ordre du jour d'un conseil municipal.

Toutes les idées et les remarques concernant la vie locale sont les bienvenues (en dehors des problèmes liés à la voirie ou locaux traités directement par les services municipaux). Le conseil des sages en tient compte : il étudie toutes les propositions pour lesquelles il est compétent. Il met tout en œuvre pour le bien-être de chaque habitant, et plus globalement le bien-vivre ensemble !

Renseignements auprès de Dominique Thomas au 06.14.32.02.61

Sortir... Écouter... Voir...

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

JUIN

Sam. 11 et dim. 12 Fête de l'été. Fête foraine, course cycliste, vide-grenier... Rue Tananarive. Infos : 06.07.64.86.91.

Dimanche 19 à 14h30 Thé dansant animé par Croq'Musette. Centre Gérard-Philippe. Entrée: 10 €. Infos : 06.69.63.24.78 ou 06.88.55.46.95.

Mardi 21 Fête de la musique. Espace Jacqueline-Auriol. Infos : 06.89.16.08.33.

Samedi 25 à 10h Kiosque littéraire : lectures estivales. Gratuit. Bibliothèque François-Rabelais. Infos : 05.53.54.03.02.

Samedi 25 à 20h Soirée bodégas et jeux basques. Gratuit. Château des Izards. Infos : 05.53.35.10.70.

JUILLET

Vendredi 1^{er} à 19h Marché de nuit gourmand. Bourg de Coulounieix. Infos : 06.07.64.86.91.

Samedi 2 à 16h30 Fête du Conservatoire à rayonnement départemental. Orchestres à cordes, ensemble guitares, chants... Gratuit. Château des Izards. Infos : 05.53.53.39.68.

Mercredi 13 à 20h30 Bal de la fête nationale et feu d'artifice. Gratuit. Château des Izards. Infos : 06.89.16.08.33.

Mercredi 27 à 20h30 Concert Sempere Animato : orchestre symphonique des Pays-Bas. Gratuit. Centre Gérard-Philippe. Infos : 05.53.54.73.29.

Jedi 28 Truffe. À 15h30 : sélections // à 20h30 : concours et concert avec Télégram. Gratuit. Place de l'Amitié. Infos : 05.53.54.73.29.

AOÛT

Vendredi 19 à 19h Marché de nuit gourmand. Bourg de Coulounieix. Infos : 06.07.64.86.91.

Jedi 25 Festival Sinfonia. À 15h : Justine Taylor, clavecin. Gratuit. Château des Izards // à 17h : Le labyrinthe des Passions" par La Camera delle Lacrime. Entrée : 25 €, 21 € et 8 €. Infos : 05.53.54.73.29.

Prochain numéro en octobre 2016. Merci de faire passer vos informations ou vos messages à Muriel Beau **avant septembre 2016.** ☎ 05.53.35.57.16.

Et Revivre...

>> Exposition "Notre âge, Notre vie"

L'exposition « Notre âge, Notre vie » s'est déroulée du 9 au 11 mai dernier au Château des Izards. Cette exposition était le fruit d'un travail élaboré pendant plus de six semaines par Isabelle Plénat, coordinatrice du Comité Mieux Vivre Ensemble et le pôle Éducation, enfance, jeunesse de la mairie. Les élèves des classes de CM1 et CM2 de l'école Eugène-Le-Roy ont réalisé avec l'aide de Bérénice Kùchler, intervenante municipale en arts plastiques, des portraits et tableaux sur le thème de l'intergénérationnel, durant les Temps d'activités périscolaires. À l'occasion de la Semaine Bleue, les collégiens et les élèves de l'école Louis-Pergaud ont étoffé le travail initial avec de nouvelles créations. Ainsi, petits et grands, jeunes et moins jeunes se sont retrouvés dans des œuvres originales lors de cette exposition haute en couleurs !



Conseils de bon voisinage : attention aux bruits !

par le conseil des sages

Les beaux jours arrivent, vos voisins sortent et veulent pouvoir profiter de leur extérieur en toute quiétude, tout comme vous. Aussi nous a-t-il paru intéressant de rappeler quelques règles de bon voisinage à respecter dans l'intérêt de tous... et du voisin qui n'osera peut-être pas venir se plaindre ! D'une manière générale, l'émission de bruit troublant la tranquillité du voisinage est interdite de jour comme de nuit.

Les propriétaires d'animaux de toutes sortes et ceux qui en ont la garde sont tenus de prendre toutes les mesures pour préserver la tranquillité de tous.

Les travaux de bricolage et de jardinage nécessitant l'utilisation d'appareils bruyants (tondeuse, tronçonneuse, nettoyeur haute pression...) sont autorisés uniquement aux horaires suivants :

- Les jours ouvrables de 8h30 à 12h et de 14h30 à 19h30.
- Les samedis : de 9h à 12h et de 15h à 19h.
- Les dimanches et jours fériés de 10h à 12h.

N'oublions pas que ces dispositions sont toutes prévues par la loi, avec pour conséquence des poursuites possibles pour leurs auteurs.