

Sortir...
Ecouter...
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.

OCTOBRE

Jeudi 18 : Séance de remue-méninges à 14h30 au centre Social Saint-Exupéry

Du samedi 20 au dimanche 4 novembre :
Exposition Francisco Villaplana, au Château des Izards

Jeudi 25 : « Un moment de bien-être », massages, détente, à partir de 14h au Centre Social Saint-Exupéry (gratuit)

Goûter animé d'Automne, avec l'orchestre Melody's et dégustation de clafoutis, centre Gérard Philippe

Lundi 29 : Gym sur chaise, à l'EHPAD Jean Gallet à 14h45

Mercredi 31 : Accompagnement vers la galerie marchande de Marsac à 9h30 au centre social.

NOVEMBRE

Dimanche 4 : Vide-grenier, au gymnase de l'ASPTT de 8h à 18h

Samedi 10 : Théâtre Huis Clos, de Jean-Paul Sartre à 20h30 salle du Conseil municipal

Dimanche 11 : Commémoration de l'Armistice du 11 novembre 1918

Lundi 12 : Lundi ciné "Hiver 54", à 14h amphithéâtre du collège Jean Moulin

Jeudi 15 : « Un moment de bien-être », massages, détente, à partir de 14h au Centre Social Saint-Exupéry (gratuit)

Vendredi 16 : Rendez-vous Conte !, "Une journée au jardin" par Eve Nuzzo, à 18h au Château des Izards

Dimanche 18 : Théâtre Les Entr'actes de poche de l'ALC "J'habite chez ma cousine", par la compagnie Entr'acte (Coulounieix-Chamiers) à 15h30 au Centre Gérard Philippe

Jeudi 22 : Remue-méninges, à 14h30 au Centre social Saint-Exupéry

Et Revoir...

>> Sortie culturelle

Le mercredi 4 juillet, le Centre Communal d'Action Sociale a organisé une sortie dans la vallée de la Vézère avec une cinquantaine de personnes âgées de 65 à 75 ans.

Les participants ont visité le musée National de la Préhistoire, le village de Saint-Léon-sur-Vézère et la grotte de Lascaux II. Une journée réussie où bonne humeur et convivialité étaient au rendez-vous.



>> Goûter d'été

Le mercredi 20 juin, les Aînés se sont invités à la semaine de l'Enfance. Les enfants du centre de loisirs Jean Sigalas leur ont proposé un spectacle de qualité qui fut suivi d'une représentation du Conservatoire à rayonnement départemental. Un après-midi festif où petits et grands se sont retrouvés dans une ambiance chaleureuse.

Merillier Vapeur 24 : l'avancement du futur tender

Les membres de l'association travaillent d'arrache-pied pour remettre en état le futur tender. Ce petit wagon qui sera rattaché à notre locomotive du rond-point de Merillier demande beaucoup de temps de travail. Les passionnés de l'association s'activent tous les jours. « Il reste encore un à deux ans de travaux pour qu'il soit authentique », précise Roger Marouby, président de l'association.

L'association continue également son activité modélisme et les clubs du soir reprendront avec les enfants dès le mois de mars 2013.



Les prochains rendez-vous des "Lundis Ciné" sont fixés aux lundis 12 novembre, 10 décembre, 14 janvier et 11 février 2013 à 14h à l'auditorium du collège Jean Moulin. Retrouvez tous les détails dans le programme ci-joint.

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



De vous à nous

oct. 2012
N° 33

Le journal des Anciens de la ville de Coulounieix-Chamiers

Sommaire

A vous de découvrir
Théâtre / Marché de Noël
Zoom sur...
Opérations seniors été 2012
Portrait :
Alain Chapelle
Sortir, écouter, voir...
Et revoir !
Sortie culturelle, Goûter d'été
Merillier Vapeur 24

C'EST avec beaucoup de plaisir que je vous présente ce nouveau numéro de « De Vous à Nous », le journal des Anciens. Vous êtes très nombreux à le lire avec attention et je vous en remercie. Comme vous le savez, la Municipalité conduit une politique volontariste et ambitieuse en faveur des seniors. L'obtention du label « bien vieillir, vivre ensemble » délivré par le Ministère de la Santé, en est la parfaite illustration.

Dans ce numéro, justement, vous trouverez un résumé complet et détaillé du diagnostic mené sur la commune pour mieux connaître les attentes et les besoins de nos seniors et ainsi pouvoir y apporter des réponses. Cette analyse, conduite par le CCAS, est un travail de grande qualité où l'ensemble des personnes qui œuvrent dans le champ de l'accompagnement auprès des personnes âgées ont pu exprimer leur opinion quant aux actions et aux points qu'ils jugent positifs en faveur des seniors mais également quant aux manques éventuels auxquels il faudrait remédier.

Un grand merci à toutes les personnes qui ont contribué à cette collecte de paroles. Désormais, la mairie va pouvoir proposer un plan d'actions dont l'objectif sera de renforcer et développer toutes les actions conduites sur le territoire communal en faveur de l'amélioration des conditions de vie des seniors. J'accorde une importance très particulière à la manière dont nous répondrons au mieux à l'ensemble des besoins exprimés. J'estime que la grandeur d'un pays se juge également à la place et à la considération qu'il porte à ses aînés.

Je vous souhaite une agréable lecture.

Bien à vous,

Votre Maire,

Jean-Pierre ROUSSARIE

A vous de découvrir

Sortir... au théâtre



Samedi 10 novembre à 20h30, salle du conseil municipal, le service culturel de la Mairie accueille la compagnie du Théâtre de l'Océan pour une

représentation de la pièce Huis Clos. Ce grand classique écrit par Jean-Paul Sartre en 1944 sous l'Occupation était initialement intitulé « les Autres ». Pour Aurélia Aubert, le metteur en scène, « Huis clos parle de nous, des autres, de la condition humaine de façon simple, réaliste même, sans condamnation ni morale. »

Les trois personnages, Garcin (journaliste), Inès (employée des Postes) et Estelle (riche mondaine) se débattent avec leur vie passée et leur vie à venir, ensemble, sous le regard distant et indifférent du Garçon (gardien de l'hôtel ou de cet Enfer). « Que nous soyons en 1944 ou en 2012, que nous soyons jeunes ou âgés, nous nous sommes tous au moins une fois posé les questions qui tourmentent Inès, Garcin et Estelle, sur l'importance donnée au regard de l'autre, sur l'image de soi, sur l'angoisse et le bonheur que peut provoquer la liberté, sur les choix de vie ou l'absence de choix... ». Une pièce qui interpelle !
Entrée gratuite (réservation conseillée). Renseignements au service culturel 05.53.54.73.29.

Flâner au marché de Noël

Le traditionnel Marché de Noël associatif colomniérois aura lieu le **samedi 1^{er} décembre de 16h à 20h et le dimanche 2 décembre de 10h à 17h sur le site des Izards**. Aux détours des allées, chacun pourra découvrir de nombreuses productions artistiques et artisanales des associations pour dénicher un cadeau sympathique et souvent unique.

À cette ambiance traditionnelle s'ajoutera une touche musicale avec un diseur d'orgue de Barbarie. De nombreuses autres animations accompagneront ces deux jours de fête.
Le Marché de Noël associatif est organisé par le pôle Animation de la mairie. Renseignements au 05.53.35.10.70



Les opérations de l'été 2012

Jobs d'été 2012

Cet été, dans le cadre des *Jobs d'été / Echanges Intergénérationnels*, le Comité Mieux Vivre Ensemble a missionné douze jeunes colomniérois pour **travailler auprès des seniors de la commune**.

Toutes les structures ou associations qui œuvrent au quotidien avec les personnes âgées se sont engagées dans cette action : la maison de retraite Jean Gallet, l'association d'aide à domicile ACADVS, le CCAS, la bibliothèque François Rabelais, Cassiopea et bien-sûr, le Centre Social Saint-Exupéry qui coordonne toute l'action.

Durant deux mois, les jeunes de 15 à 17 ans ont multiplié les échanges pour partager le quotidien de personnes âgées de 60 ou 70 ans de plus qu'eux ! Nouveauté cette année : ils sont allés à domicile, accompagnés par un bénévole du centre social Saint-Exupéry. Et avec entrain et humour, ils ont participé en tandem à de petits travaux de peinture, de jardinage, de l'aide à la marche, de la discussion... tout ce que l'on peut demander à ses petits-enfants !

Diagnostic : les besoins identifiés

Le 25 septembre 2012 a eu lieu à la salle du conseil municipal la restitution du diagnostic « *Bien Vieillir-Vivre Ensemble* ». Mené en partenariat avec le comité « *Mieux Vivre Ensemble* » et la mairie, ce minutieux travail s'inscrit dans le cadre du label attribué à la commune en juin 2011. Le diagnostic, réalisé par Assetou Tajchner a consisté à évaluer les besoins des Aînés au travers de rencontres individuelles et de discussions en groupe. Les personnes interrogées ont apprécié cette initiative d'écoute de la commune. Les professionnels du secteur gérontologique et les aidants ont aussi été impliqués dans cette démarche.

Il ressort de ce travail que les aînés

se plaisent sur la commune. Lors des entretiens, un certain nombre de remarques ont été émises concernant les espaces extérieurs (trottoirs ou rues endommagées), l'aménagement d'espaces agréables de vie, de balades et de pistes cyclables, l'éclairage des quartiers et la lisibilité des adresses dans certains endroits de la commune.

Les aînés souhaiteraient aussi que leurs concitoyens adoptent des gestes simples au quotidien pour contribuer à garder la commune propre et éviter les désagréments liés au stationnement des véhicules sur les trottoirs, au non-respect du code de la route et aux nuisances sonores.

Les aînés rencontrent également des difficultés pour le transport. Les différentes situations rapportées montrent que les problèmes de mobilité peuvent constituer un frein aux relations sociales et provoquer l'isolement.

Les aînés souhaitent continuer à vivre à domicile même lorsque leurs capacités physiques et intellectuelles diminuent. L'idée serait de rechercher une alternative entre leur domicile - où ils ne peuvent pas rester éternellement- et la maison de retraite, qu'ils redoutent fortement. En plus des foyers logement, des lieux de vie accueillants et fonctionnels permettraient aux aidants familiaux et aux aînés, surtout ceux malades, de trouver un appui et des relais à la vie quotidienne.

Les différents besoins des aînés identifiés par ce diagnostic, ainsi que les constats, analyses et suggestions, serviront de base de travail lors de la mise en œuvre d'un plan d'actions sur cinq ans. La commune et les différents partenaires réfléchiront à la façon de favoriser le « vivre chez soi », l'autonomie, la mobilité et tout ce qui est nécessaire pour un vieillissement réussi sur la commune.

En bref...

Repas des Anciens.

Il aura lieu cette année les samedis 24 novembre et 1^{er} décembre au lycée agricole à midi. L'invitation est jointe au journal. Pensez bien à retourner votre carton d'invitation **avant le 7 novembre**. Renseignements au CCAS auprès de Muriel Beau, au 05.53.35.57.16

Formation.

Cassiopea propose une formation gratuite à destination des aidants familiaux de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer : « *Mieux connaître, pour mieux accompagner* ». Entre apports théoriques et partages d'expériences, la formation a pour but d'apporter aux aidants les connaissances et les outils essentiels à la compréhension de la maladie, à l'accompagnement au quotidien de la personne malade et au maintien de la qualité de vie.

Au terme de la formation, l'aidant disposera des clés qui lui permettront de prévenir, d'anticiper et de mobiliser les bonnes ressources pour construire un projet de vie avec la personne malade, tout en se préservant. La formation est gratuite, ouverte à toutes les personnes s'occupant d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Pour de plus amples informations, contacter Viridiana Roumeau, chargée des actions de prévention, Cassiopea au 05.53.53.20.40 - animation@cassiopea.fr

S'informer.

Cassiopea et le CCAS de Coulouneix-Chamiers organisent une réunion d'information gratuite « *La chute, on s'en relève* », **jeudi 17 janvier 2013 à 14h30**, salle du conseil municipal.

1h30 d'informations, de conseils et d'échanges avec un animateur sportif spécialisé seniors pour connaître les facteurs de risque de chute, apprendre les techniques pour ramasser un objet ou pour se relever dans les meilleures conditions possibles en cas de chute.

Renseignements et inscriptions : Cassiopea, tél. 05.53.53.20.40

Concours.

Encouragements et félicitations aux résidents de l'EHPAD Jean Gallet inscrits dans la catégorie des plus de 18 ans au concours d'affiches « *Agis pour tes droits* » des Francas dans le cadre du projet municipal "Être un enfant, c'est avoir des droits et des devoirs".

Portrait



Alain Chapelle : Une retraite bien méritée !!

Alain Chapelle, le médiateur municipal, est un interlocuteur privilégié lorsqu'on rencontre des petits soucis de la vie quotidienne. Il prodigue aussi ses « conseils » dans chaque bulletin municipal « Ma Ville ».

Au-delà de la fonction qu'il assume avec beaucoup d'intérêt, Alain Chapelle est avant tout un passionné de la vie et des relations humaines. Pour De Vous à Nous, il accepte de se dévoiler et de nous parler de ses passions.

Natif de La Coquille, Alain Chapelle arrive sur la commune à l'âge de 10 ans. Ses parents instituteurs sont de la première génération d'enseignants de l'école Eugène-Le-Roy. Après sa scolarité à l'école Jules-Verne, il intègre le lycée Albert Claveille. Son diplôme en poche, il part faire sa vie à Paris où il entre aux PTT. En 1970, il obtient sa mutation pour Périgueux à la direction de la Poste en tant que technicien. Et sans aucune hésitation, il revient faire construire à Coulouneix-Chamiers. Dès lors, Alain Chapelle partage sa vie entre ses trois enfants, son emploi et ses responsabilités syndicales. Il se tisse un réseau de contacts et s'investit en tant que président de club, vice-président de la CPAM ou encore administrateur de l'institut Bayot Sarrazi... Et entre toutes ces fonctions, Alain trouve du temps pour ses loisirs : le base ball, les collections et sa passion pour l'Égypte.

Colomniérois passionné !

Ses premiers lancers dans le base ball, il les fait sur l'ancien camp américain de Chamiers en 1957. En 2001, il crée le premier club de base ball en Dordogne. Cette passion ne le quitte plus. Il l'a même transmise à son fils cadet : « *qui vient d'être élu meilleur lanceur et frappeur à la coupe d'Aquitaine* », précise-t-il avec fierté. Quand il ne frappe pas la balle, Alain Chapelle se consacre à ses collections. « *Ma première a commencé quand j'avais cinq ans avec les buvards de l'école* », se souvient-il. Aujourd'hui, il en possède plusieurs, dont une de coupe-papier avec des pièces très anciennes en bronze, en ivoire ou signées. Pour s'évader vers d'autres horizons, Alain

Chapelle se consacre à l'égyptologie. Membre de l'association Kemet à Périgueux, il a pu découvrir, connaître et aimé ce pays au cours de plusieurs voyages. « *J'aime cette civilisation, ce pays. Le Nil est une saignée verte au milieu du désert, c'est magnifique...* », souligne-t-il. Avec une étape de vie aussi remplie, Alain Chapelle ne pouvait pas commencer sa retraite sans une occupation supplémentaire. Aussi, il accepte le rôle de médiateur en 2006.

Six années de médiation pour être au service de la population !

Grâce à son parcours professionnel et syndical, sa connaissance du milieu associatif et du terrain, Alain Chapelle n'a connu aucune difficulté d'adaptation à sa nouvelle fonction « *J'apprécie de rendre service et être à l'écoute* », précise-t-il.

Petit à petit, cette mission a pris beaucoup d'ampleur. Autonome, le médiateur gère son emploi du temps. Il travaille avec tous les partenaires nécessaires. Son rôle est de régler les problèmes de voisinage en se servant des lois et de mettre du lien entre les citoyens, le personnel communal et les élus. « *J'aime l'être humain, j'ai toujours baigné depuis ma plus jeune enfance dans la défense des droits de l'Homme et je vais jusqu'au bout de ma démarche* », ajoute-t-il.

Alain Chapelle laissera pourtant cette fonction à la fin de l'année. « *Après six ans de médiation et 35 ans de syndicalisme, il est temps de profiter de mes quatre petits-enfants, mes passions et vivre pleinement ma retraite* », conclut-il.