

L'air du temps

Le journal de la Maison des Aînés réalisé par la Ville de Villeneuve-sur-Lot



Edito

Donner du sens à l'action

La Maison des Aînés est un carrefour d'activités, de rencontres et de convivialité. Elle est une base pour permettre aux plus fragiles de reprendre pied, et un tremplin pour mieux rebondir. Elle trace son cap vers l'avenir sans s'alléger du passé qui l'a fait naître...

« Le passé ne demande pas à être oublié, mais compris. Et cela est d'autant plus vrai lorsqu'on parle des seniors.

Rappelez-vous : en 2003, un épisode extrême de canicule a causé 15 000 victimes, notamment âgées, en France. Plus de la moitié de la population d'une ville comme la nôtre ! A Villeneuve, ce terrible bilan a agit comme un électrochoc. Et nous avons été réactifs avec un objectif prioritaire : s'occuper de ceux qui sont seuls, qui n'ont pas de famille ou de proches pour les soutenir, de toutes ces personnes fragiles que la solitude tue plus efficacement que la maladie.

Au cœur du dispositif mis en place, la Maison des Aînés a mobilisé les énergies pour aller chercher, accueillir et accompagner les seniors dont l'isolement était un insoutenable fardeau.

Cordialité et bienveillance

Huit ans plus tard, près de 400 personnes franchissent le seuil chaque semaine. Les ateliers se sont multipliés, offrant des activités sur place ou en ville, pour l'esprit ou le corps et, surtout, des rendez-vous, pour se projeter à demain. La Maison des Aînés est « victime de son succès ». Une récompense qui ne fait pas oublier pourquoi, et pour qui, elle a été imaginée. Ce recul nous amène à consolider un accueil personnalisé et des espaces chaleureux pour se poser seul ou se retrouver à plusieurs, tout simplement. Deux projets très concrets qui voient le jour ces jours-ci.

« La présence est un présent »

Une autre de nos missions est de faciliter, autant que possible, le maintien des personnes âgées à leur domicile. L'accompagnement social, le portage des repas, mais aussi le transport gratuit pour se rendre aux courses ou vers le restaurant La Table du CCAS, sont autant de services de proximité de qualité à favoriser. Ces contacts, cette vie dans laquelle on ose reprendre pied, redonnent le sourire. Je le vois, et vous me le dites bien souvent. La présence en elle-même est un cadeau. Une sortie, pour ne pas vivre replié sur soi, une invitation, une promenade, une visite... des petits riens qui, pour certains, changeront tout.

C'est ce à quoi nous nous emploierons, toute l'équipe du Pôle Seniors et moi-même. Nous avons une belle année 2017 à vivre, avec vous.

Marie-Francoise Béghin

1^{ère} adjointe au Maire chargée des Affaires sociales
Vice-présidente du CCAS

sommaire :

- Les seniors sur les ondes
- Grands froids : Pensez à vous inscrire !
- Kévin, un nouveau sourire à Table
- SOS, mon ordi' me résiste !
- Remue-méninges



VILLENEUVE-SUR-LOT



Centre Communal d'Action Sociale

Brèves

Monoxyde = danger

Chaque hiver, les appareils à flamme font des victimes. Qu'il s'agisse de chaudières (à bois, charbon ou fioul), poêles, chauffages d'appoint ou brasero.

En cause : le monoxyde de carbone qu'ils produisent, ce gaz invisible, inodore et incolore, mais mortel. Faites contrôler gratuitement ce taux, chez vous, par le service Hygiène de la mairie.

Prise de rendez-vous au 05 53 75 07 50.

Ampoules

Aider à mieux gérer sa consommation d'énergie, astuces pour réduire sa facture : c'est l'opération qui s'est déroulée fin janvier à la Table du CCAS et à la MdA. Cette initiative fait écho au label « Territoire à Énergie Positive » obtenu par l'Agglomération, grâce à qui, 2 000 ampoules LED basse consommation ont pu être distribuées, sur des critères de revenu, à des Villeneuvois.

Chaque ampoule revient à économiser 40 kWh par an et environ 6€ sur sa facture d'électricité...

Atelier :

Les seniors sur les ondes

La MdA formerait-elle de nouveaux futurs animateurs radio ? C'est le projet développé par le pôle Seniors et Radio 4 Cantons...

Ils ont commencé par assister aux enregistrements en public de l'émission Traverses* au Centre Culturel. Puis ils ont visité les studios de Radio 4, rencontré animateurs, journalistes, bénévoles... et l'envie est née. Impulsé par Delphine, l'atelier « radio » a ainsi vu le jour. Mais qui dit « atelier » dit formation...



Placement de la voix, diction, relances : tous les trucs de l'antenne leur sont enseignés y compris les rudiments du montage. Animation ? Reportages ? Émission spéciale ? La finalité n'est pas encore arrêtée. Mais, comme toujours, les sessions pour y parvenir sont enrichissantes et drôles. « Je ne sais pas si je ferai une émission, mais tout ce que j'apprends ici m'intéresse, affirme Marie-Noëlle. Et être curieux, ça empêche de vieillir ».

* chaque vendredi à 9h30, salle de spectacle du Centre culturel.

Registre grands froids

Pensez à vous inscrire !

Chaque année, les températures jouent au yoyo, flirtant avec les 40° en été et tutoyant les -10° en hiver. Un registre recense les personnes les plus fragiles...



Depuis le début de l'hiver, le CCAS a remis en place son dispositif prévoyant des actions en cas d'hiver rigoureux. Il s'agit d'une veille saisonnière, qui peut être activée en cas d'alerte « Grand Froid » déclarée par la Préfecture. Dans ce cadre, les villeneuvois âgés ou handicapés, surtout s'ils sont isolés, sont invités à s'inscrire sur le registre des personnes fragiles. Lors du déclenchement d'un plan d'urgence, ils seront alors automatiquement contactés et visités par le CCAS. Ce système vaut aussi en cas de canicule estivale.

Pour s'inscrire :

Par téléphone au 05 53 41 53 47 ou sur le site de la mairie : www.ville-villeneuve-sur-lot.fr rubrique **Solidarité/seniors**. La démarche peut être faite par un voisin ou un proche, elle est gratuite, et les informations transmises sont confidentielles.

Comment ça marche ?

Dès l'inscription, un travailleur social du CCAS vous appelle et prend rendez-vous pour une rencontre à domicile. Des coups de fil réguliers suivront. Ce service est, lui aussi, totalement gratuit.

Personnel

Kévin, un nouveau sourire à la Table

Kévin Ramuscello, 26 ans, vient d'être recruté à la Table du CCAS. En Contrat d'Avenir, le jeune homme aura aussi des missions à la Maison des Aînés.

« Il est gentil, sociable, souriant... ». Du haut de son 1,83 mètre, Kévin, la nouvelle recrue du CCAS, ne passe pas inaperçu. Mais si ce rugbyman (il joue à Cancon) qui occupe son temps libre entre les salles de sport et le stade, retient l'attention, c'est pour ses qualités humaines. Celui qui avoue avoir choisi sa vocation par amour pour ses grands-parents est aussi titulaire d'un BEP Service à la personne. Fort d'une première expérience réussie chez les aînés ruraux, il sait désormais que c'est dans l'accompagnement des personnes âgées que se trouve sa voie. Et dans ce domaine, comme sur le terrain, il compte bien réussir l'essai !



Informatique

SOS, mon ordi' me résiste !

La Maison des Aînés propose depuis peu une aide personnalisée gratuite pour se tirer des situations courantes avec son ordinateur.

L'informatique, tout le monde s'y est mis. Bien obligé. Mais, on a beau ne pas être plus bête qu'un autre, il y a des choses qui restent compliquées. Vider son appareil photo sans perdre les images, enregistrer la pièce jointe d'un mail et savoir où elle est passée, naviguer sur Internet sans s'emmêler les pincesaux... Bref, toutes ces petites opérations qui demandent un coup de pouce ponctuel plutôt qu'un



atelier régulier, et qui répondent avec des mots simples à une demande précise. C'est justement ce à quoi s'emploie la MdA avec cette aide personnalisée mise en place le mardi après-midi. Ça se passe avec Gloria, uniquement sur rendez-vous.

Ça vaut aussi désormais pour dompter son téléphone portable...

C'est nouveau !

Va y avoir du sport

Le lundi 13 mars, le service des sports de la mairie vous concocte une journée découverte d'activités et des associations qui les proposent au Complexe sportif.

Au bal masqué !

Le vendredi 17 mars, la MdA fête Carnaval. Concours de déguisements avec lots à gagner...

Par ici les sorties

Le mercredi 22 mars, journée Festival de l'Inde avec atelier yoga, repas...

Inscriptions : MdA

Compagnons et bricolos

L'association des Compagnons Bâisseurs s'est installée à Villeneuve, face au théâtre. Objectif : participer, avec les propriétaires, à l'amélioration de leur logement, dans le cadre précis du Contrat de Ville. Mais en plus, ils ouvrent leurs portes à tous les bricoleurs, avec un savoir-faire ou juste l'envie d'apprendre, lors d'après-midi d'échange. Si ça vous tente... leur porte est ouverte.

Remue-méninges



À méditer...



« Vous voulez rester jeunes ? Alors, ayez plus de rêves que de souvenirs ».

Shimon Pérès,
Prix Nobel de la Paix 1994

A noter dans les agendas :

- Du 10 février au 9 avril : expo de la céramiste Sarah Maso au musée de Gajac
- Du 7 au 28 mars : Festival Temps Danse. Ballets, atelier, danse dans la rue...
- Du 19 au 21 mai : Salon du Livre. Halle Lakanal

Réponses du n° 20 :

Avez-vous retrouvé le MOT caché ?

C'est le pied au rez-de-chaussée : PLAIN

On s'y frotte chez Aladin : LAMPE

Encore en « active » : USITÉ

Sur un piédestal : ICONE

N'ont pas l'esprit de groupe : EPARS

Mot caché : PLUIE

Anagrammes

Proposé par Philippe Marécaux, président du club de scrabble villeneuvois

Trouver une anagramme de chaque mot correspondant à sa définition... et découvrez le mot caché.

Exemple :

AINES	Un parfum d'étoile	A	N	I	S	É
ENFER	Samare en est le fruit					
SOUDE	Cours intermittents					
PUREE	N'a plus faim					
NURSE	Boîtes à « ma liste »					
TERME	3 pieds 2 pouces environ					

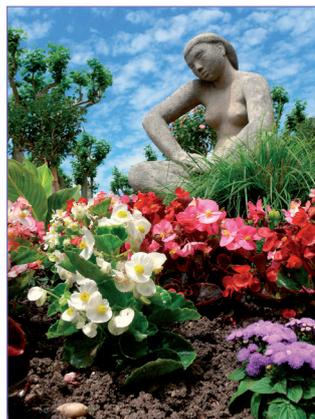
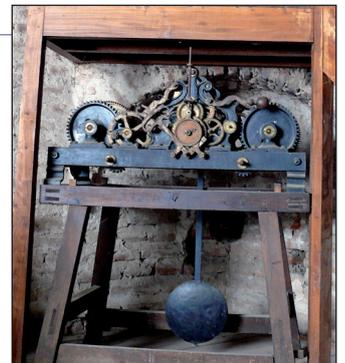
● Réponses dans le prochain numéro...

Clin d'œil patrimoine

Quand on se promène, à Villeneuve comme ailleurs, il faut savoir ouvrir l'œil. Prendre le temps et s'étonner. Toujours. Sur les pas du photographe de la mairie Pierre Bohéra, sauriez-vous identifier ces photos ?

1

- A Une dénoyauteuse à pruneaux du XVIII^e
- B Le mécanisme d'horlogerie de la tour de Paris
- C Le moteur de l'ascenseur de l'ancien hôpital Saint-Cyr



2

- A La « baigneuse accroupie », de Marthe Schwenck, devant le théâtre
- B « Sainte Bégonia », patronne des jardiniers, dans le parc de la mairie
- C « Euterpe », muse de la musique, face au Conservatoire

3

- A L'ancienne roue à aube du moulin de Gajac
- B Le chemin de ronde du bâtiment D de la prison d'Eysses
- C La charpente du château d'eau de l'avenue de la Myre Mory



Réponses : 1 = (A) - 2 = (B) - 3 = (C)

À bientôt...

Maison des Aînés

☎ 05 53 70 39 64

