

DYNAMIQUES ET SOLIDAIRES

Solidarité

Sommaire

Editorial 1

INFORMATIONS FÉDÉRALES

- Perte d'autonomie 2
- Assemblées générales des clubs 3
- Nouveaux clubs 3
- Réunions de secteurs 3
- Assemblée générale Fédération 44 3

PRÉVENTION

- L'armoire à pharmacie 4

LES CLUBS EN ACTION

- Prévention et sécurité routière 5

PRÉVENTION

- Le danger de donner procuration 6

BRÈVES

- Séminaire fédéral 7
- Foire de Béré 7

La boutique des Aînés 8

Agenda 2011 8

Garder le contact 8



Ce mot nous l'entendons très souvent. Lorsqu'il est prononcé c'est généralement pour nous appeler à faire un geste, un don, une démarche auprès d'une personne, d'une population. Les événements récents du Japon et ou d'autres Pays ne peuvent pas nous laisser indifférents...et peuvent nous montrer des voies de solidarité.

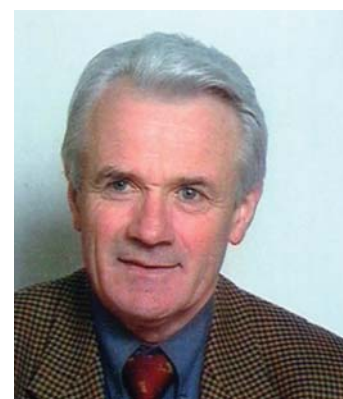
La solidarité est l'un des objectifs de notre mouvement. Chacun dans vos clubs ou associations vous contribuez à la solidarité de proximité par votre écoute, lors de vos rencontres et visites, cette solidarité discrète mais combien importante est indispensable. L'organisation par les clubs, d'activités, de conférences, de rencontres sur des sujets divers (santé, bien-être etc....) contribue à tisser des liens entre les différents groupes de personnes, (adhérentes ou non adhérentes). A chaque époque son mode de vie, nous n'échappons pas à cette règle. Nous vivons des mutations dans notre environnement, notre milieu familial, social qui sont génératrices d'exclusion. C'est pour cela que le mouvement des Aînés Ruraux,

ses responsables, ses adhérents s'investissent dans l'action solidaire.

Sur le plan local les Aînés ruraux participent activement dans les C.C.A.S. (Centres Communaux d'Action Sociale) ainsi que dans les associations de soins infirmiers ou de service. Cela se traduit encore par les visites ou la participation à des animations dans les maisons de retraite ou hôpitaux. **La solidarité s'exerce aussi auprès des plus jeunes,** le précédent Dynamique et Solidaire se faisait l'écho des actions Lire et Faire Lire dans le pays de Retz.

A un niveau plus large les Aînés Ruraux sont représentés dans différentes structures agissant pour la solidarité, par exemple les Coderpa, (Comité Départemental des Personnes Agées). Toujours dans le domaine de la santé dans le cadre de l'action Nationale Sirène du Cœur, plus de 500 défibrillateurs ont été financés par les Aînés Ruraux.

La fédération Aînés Ruraux 44, encourage les clubs et leurs adhérents à observer autour d'eux, détecter les besoins, re-



chercher et apporter des réponses adaptées, seul ou en partenariat avec les collectivités et autres associations locales. Par exemple dans l'actualité il est question de la mise en place de transports solidaires, des actions sont en cours, d'autres sont en réflexion. Les sujets ne manquent pas, à chacune et à chacun de faire fonctionner son imagination.

Ne laissons pas sur le bord de notre chemin des situations qui attendent de l'aide ou du soutien moral.

Ensemble agissons pour développer ces solidarités et n'hésitons pas à donner un peu de notre générosité.

Vice-président,
Michel PASGRIMAUD

INFORMATIONS FÉDÉRALES

Perte d'autonomie : des pistes pour faire face

Rester maître de son destin jusqu'au bout... ou du moins, le plus longtemps possible est le vœu de chacun.



► Le logement

Le logement - et son adéquation à la situation de la personne - est un élément capital dans le maintien à domicile. Des aménagements peuvent être nécessaires par exemple élargissement des portes, création d'équipements sanitaires, rendre les douches et toilettes plus facilement accessibles. Ces travaux représentent un coût certes, mais il existe des possibilités d'aides techniques et financières pour les réaliser. Elles sont souvent ignorées. Différents organismes peuvent vous conseiller.

► L'hébergement temporaire

Outre l'adaptabilité du logement, les conditions climatiques (période froide ou de grande chaleur) peuvent, en cas d'isolement géographique, rendre difficile, voire impossible le maintien à domicile. L'hébergement temporaire dans une structure d'accueil peut constituer une solution valable.

► Les commerces de proximité et les services publics

La présence de commerces de proximité est l'un des facteurs importants du maintien à domicile. La politique menée par les Aînés Ruraux contribuant au maintien ou à la mise en place de réseaux de commerçants locaux va dans ce sens. Le maintien des services publics est également essentiel pour les populations les plus isolées. Encore faut-il qu'ils soient accessibles. La question du transport mobilise les Aînés Ruraux qui sont à l'initiative d'actions innovantes.

Celles-ci permettent par exemple aux personnes à mobilité réduite de pouvoir faire leurs courses, de se rendre chez le médecin ou encore de participer à la vie de leur club. Ces actions sont à encourager et à développer.

► L'accueil familial

Aujourd'hui des formules d'accueil familial se développent. Elles favorisent, dans le cadre d'un contrat d'hébergement, le maintien de la personne au sein d'une entité familiale bien vivante et privilégient un cadre proche.



Cette solution évite ainsi un déracinement toujours lourd de conséquences. Ces for-

mules d'accueil familial ont aussi l'avantage de favoriser la relation intergénérationnelle et ont également un aspect très positif pour la famille qui accueille.

► La législation

A l'instar de la législation récente sur la fin de vie, ne faut-il pas se préoccuper d'adapter un cadre juridique actuellement contraignant, ou inadapté ?

Il en va ainsi de la préconisation de règles simples de protection lorsqu'un parent âgé devient dépendant : par exemple, la procuration classique, antérieurement consentie est toujours utilisée alors qu'elle devrait être en principe abandonnée.

Pour la remplacer deux solutions existent :

- la création d'un mandat de protection future afin de permettre à une personne de prévoir sa protection en cas de dépendance future,
- la tutelle, c'est une mesure lourde et parfois peu adaptée. Elle entraîne, actuellement, une sorte de "mort civile" de la personne.

Pour cette dernière une réforme est souhaitable et le droit français pourrait s'inspirer de la législation allemande qui propose des dispositifs évolutifs qui s'adaptent à la situation de la personne protégée.

(D'après un document publié par la Fédération Nationale.)

Adapter son logement, trouver des solutions d'hébergement pour faire à des moments difficiles, pouvoir s'approvisionner au quotidien, etc...

Voilà des sujets pour lesquels les Aînés Ruraux se mobilisent.

VIE DE LA FÉDÉRATION 44

Assemblées générales des clubs

Le conseil fédéral a été invité à plusieurs assemblées des clubs. Une opportunité pour comprendre la complémentarité de la fédération départementale et les services à la disposition du club. Merci de votre amitié.

◆ Guémené-Penfao



Après l'Assemblée générale

◆ Avessac



Accueil à l'Assemblée générale

◆ Guénouvry



Les Aînés de Guénouvry rejoignent la fédération 44

► Nouveaux clubs

Nous accueillons les clubs de Guénouvry, Sainte Anne-sur-Brivet, Paulx et la Chevallerais.

Nous leur souhaitons de trouver avec les Aînés Ruraux un épanouissement à la hauteur de leurs attentes.

► Réunions de secteurs

Les réunions de secteurs du début de l'année ont permis :

- de rendre les secteurs plus cohérents,
- d'établir un calendrier commun,
- de prévoir et choisir des thèmes d'information, fiscalité, assurances, successions...

Assemblée générale de la fédération 44

Vendredi 1^{er} avril 2011, plus de 300 délégués des 91 clubs de la fédération se sont retrouvés à Héric pour



Le président C. BOUCARD a animé l'Assemblée générale entouré de Mme LEDUC-BOUCHAUD vice-présidente du Conseil Général, chargée des anciens, M. J. CHAMPION représentant la fédération nationale, M. L. LARDEUX, maire d'Héric

leur assemblée générale annuelle.

Temps fort de la vie de la fédération, cette rencontre permet de faire le bilan de l'année écoulée. Le nombre de clubs et des adhérents progresse. En 2010, quatre nouveaux clubs sont venus rejoindre les Aînés Ruraux 44. A ce jour, des contacts sont établis avec une dizaine d'autres.

De la présentation du rapport d'activité, retenons les

quatre orientations fixées par le conseil d'administration :

- créer une forte cohésion entre la Fédération, les clubs et les adhérents,
- renforcer la communication : nouvelle présentation du bulletin Dynamiques & Solidaires ; site internet plus convivial rénové en juillet prochain,
- instaurer une vraie coopération entre les 8 secteurs,
- agir et innover.

PRÉVENTION

L'armoire à pharmacie (suite du bulletin N°73)



Chaque foyer dispose d'une armoire à pharmacie. Si bien souvent elle permet de faire face à l'imprévu, encore faut-il qu'elle contienne l'essentiel et que celui-ci soit en état de servir.

Dans le n° 73 nous abordons le contenu de l'armoire à pharmacie notamment sous l'angle médicamenteux, quels médicaments est-il bon d'avoir sous la main, combien de temps les conserver etc.... Dans ce numéro nous traitons des accessoires indispensables et de leur utilisation.

► les instruments : le juste minimum

Qu'il y ait ou non des enfants à la maison, il est toujours utile de posséder un thermomètre.

Une paire de pinces et des ciseaux à bouts ronds sont également des instruments indispensables.

► les pansements

Toute plaie, si minime soit elle, doit d'abord être lavée avec de l'eau et du savon, puis rincée et désinfectée avec un antiseptique liquide que pourra vous conseiller votre médecin.

Pour mettre la blessure à l'abri des poussières, mieux vaut la recouvrir d'une compresse stérile (une seule boîte suffit au domicile), collée à l'aide de sparadrap hypoallergénique (penser à renouveler le rouleau).

Une boîte de dosettes de sérum physiologique est aussi très utile, notamment pour décoller un pansement.

► l'essentiel et le superflu

Toute armoire à pharmacie doit posséder un traitement destiné à combattre la fièvre ou à soulager les douleurs passagères (rage de dents, migraine..) ; privilégié à ce titre les spécialités à base de paracétamol, sans dépasser les doses utiles, en évitant dans la mesure du possible l'aspirine, d'emploi plus délicat.

Dans certaines situations particulières propres à chaque individu (crise d'asthme, allergie, douleurs cardiaques, poussée de diabète, etc..), il peut être indispensable de conserver certains médicaments d'urgence que seul votre médecin vous recommandera en vous en expliquant l'usage : **attention de ne pas les laisser à la portée des enfants !**

► afficher les numéros d'urgence indispensables



Pour ne pas avoir à chercher les numéros d'urgence dans un moment critique,

autant les noter dès aujourd'hui et les afficher près de votre armoire à pharmacie.

Doivent figurer les numéros des médecins des alentours, de votre dentiste, du centre anti-poison, des pharmacies environnantes et, bien entendu des Pompiers (18) et du Centre 15 qui régule les urgences.

Le pôle prévention de la MSA 44-85



LES CLUBS EN ACTION

Prévention et sécurité routière

Le permis de conduire nous le passons une fois dans la vie. Les règles et les conditions de circulation évoluent. Connaître ces nouvelles règles et adapter nos comportements est une nécessité pour continuer à conduire en sécurité.

Depuis de nombreuses années les clubs des aînés ruraux conduisent en collaboration avec la fédération départementale et Groupama des actions de prévention et sécurité routière.

Rogatien Volland ex-moniteur d'auto école assure des réunions d'information et de formation sur différents thèmes : la signalisation routière, le code de la route, le constat amiable...

Depuis 2002 il a animé 220 rencontres et a partagé son savoir et son expérience avec plus de 10 000 personnes.

Dynamiques et Solidaires est allé interviewer Monique BORDEREAU qui participait à l'une des rencontres.

Que vous a apporté cette réunion d'information ?

MB : Tout d'abord sur le plan du comportement au volant, je suis plus sereine et plus tranquille dans certaines situations, par exemple sur la manière d'entrer sur un rond point, ou sur la façon de se positionner au panneau stop.

Pouvez vous donner un exemple ?

MB : Pour les rond points selon la position de la sortie que je vais emprunter je sais mieux ou me diriger, si je prends la première sortie je mets le clignotant à droite et je reste la droite. Si la route que je vais prendre est



R. Volland lors d'une de ses nombreuses interventions

plus loin sur le rond point (2ième ou 3ième sortie) je mets le clignotant à gauche et je m'avance sur la voie centrale et ensuite je mets mon clignotant à droite et je reviens sur la droite pour rejoindre la sortie que je veux emprunter. Enfin si j'ai une hésitation sur la sortie à emprunter je reste sur la partie droite du rond point.

Avez-vous d'autres exemples ?

MB : Oui cela concerne la circulation en ville : la signalisation des passages à niveau de tramway et celle du côté de stationnement.

Et pour le constat amiable qu'avez-vous retenu ?

MB : C'est bien d'aborder ce sujet en dehors des circonstances de l'accident. D'abord pré-remplir le contrat chez soi, à tête reposée et sans pression ; on a tout le temps de retrouver les renseignements. Si on a un accrochage il ne reste

plus qu'à cocher les bonnes cases. Pour faire le schéma ça reste encore un peu compliqué pour moi.

Qu'avez-vous à dire sur l'organisation et le déroulement de la réunion ?

MB : Sur l'organisation nous étions une quinzaine de personnes, c'est très bien chacun a pu poser ses questions, et obtenir une réponse correspondant à son cas. Rogatien Volland est patient, écoute et explique très bien avec des exemples clairs.

Que pensez-vous du test en 20 questions sur le code de la route ?

MB : C'est très utile, les diapos nous montrent des situations possibles, c'est une bonne façon d'entretenir les connaissances, il n'y a pas de risques ni d'enjeu.

Globalement, que diriez-vous de cette réunion ?

MB : C'est indispensable pour rafraichir et améliorer nos connaissances du code

de la route. Davantage de conducteurs devraient y participer, sans distinction d'âge.

Pour l'organisation il faut travailler avec des partenaires locaux : associations, municipalités etc....

Une dernière question, seriez vous intéressée pour faire un parcours de conduite accompagnée par un moniteur d'auto-école ?

MB : Pourquoi pas ? En effet on a nos habitudes de conduite, tout n'est pas tout bon ou tout mauvais, avoir les conseils d'un spécialiste sur nos principales erreurs serait une bonne chose. Après la mise en pratique ce serait une autre affaire mais il y a certainement quelque chose à en retirer.

Propos recueillis par
Victor GAUDIN



PRÉVENTION

Le danger de donner procuration

Donner procuration, nous le faisons tous. Cela permet de faire face à l'imprévu, de se décharger ou de certaines contraintes. Il est utile de faire le point sur ces « délégations » données. Ceci est d'autant plus nécessaire quand il s'agit du patrimoine ou des finances.

Dans la plupart des ménages, c'est souvent un des conjoints qui gère les finances du couple au quotidien.



C'est lui qui suit et vérifie les comptes et prend (sans que le conjoint en soit toujours informé) les décisions importantes, les placements notamment.

Dans le cas où il ne peut plus le faire (problèmes de santé, départ en maison de retraite, décès), l'époux (ou l'épouse) est désemparé (e), car il découvre brutalement l'ensemble des finances du couple et est peu préparé à la gestion courante des affaires. Il faut ajouter à cela la multiplicité des documents envoyés par la banque, le langage bancaire trop technique, et aussi la pression « amicale » de conseillers trop zélés.

La tentation est alors forte de faire appel à quelqu'un « qui s'y connaît », qui au départ, aide de temps en temps, puis de lui donner procuration. Cette personne peut-être un membre de la famille, un étranger, ami ou non, un ou une nouvelle compagne.

Le choix du mandataire est très important. Sa situation financière peut être délicate (*ce que l'on ne sait que très rarement*).

Est-il vraiment compétent ?

Il faut savoir que le rôle de la banque se borne à recueillir la procuration. Le mandataire, de bonne foi, peut souscrire, sur les conseils pas toujours judicieux du conseiller bancaire, des placements inadaptés, voire risqués.

Il peut aussi, en cas de difficultés qu'il juge passagères, « emprunter » sur les comptes pour rembourser, plus tard. Il n'est pas rare, puisque ça ne se voit pas, qu'il rembourse de plus en plus tard, multiplie les « emprunts » et oublie de rembourser.

Ces « agissements » se découvrent souvent tardivement, suite à des événements occasionnels (courrier de la banque informant d'un découvert ou d'un refus de paiement, départ en maison de retraite, mise sous tutelle, maladie grave, décès).

S'il ne faut pas généraliser, (*tous les mandataires ne sont pas malhonnêtes ou incompetents*), il y a de plus en plus d'affaires de ce genre.

Ceci a d'ailleurs amené le Médiateur de la République à constituer un groupe de travail (dont fait partie un dirigeant de la Fédération Nationale des Aînés Ruraux). Le sujet a d'ailleurs été traité et fait l'objet de propositions, dans le rapport annuel du Médiateur au Président de la République, sous le terme « maltraitance financière » des aînés. En bref, ceci n'arrive pas qu'aux autres.

Une fois le problème connu, que faut-il faire, et qu'aurait-t-il fallu faire ?

Il faut tout d'abord rechercher un accord amiable, et obtenir une reconnaissance de dette écrite.



En cas d'échec, contacter le Conciliateur de Justice (la mairie a ses coordonnées), qui tentera une procédure amiable, gratuitement et en toute discrétion. En cas de nouvel échec (le conciliateur n'a pas de pouvoirs de contrainte), il faut envisager une procédure judiciaire, sachant que dans bien des cas, un avocat n'est pas obligatoire. Pour les modalités pratiques, avec dépôts de plaintes, les avocats tiennent des permanences

gratuites (renseignements en mairies). Le dossier est relativement simple à constituer (exposé des faits, copies de comptes, tous éléments de preuves).

Une autre conséquence, morale celle-ci, est le plus souvent, le conflit familial. Des frères et sœurs qui s'entendaient bien se disputent et ceci est souvent définitif. C'est d'autant plus vrai que, souvent, ceux qui sont lésés doivent mettre « la main à la poche » (paiement de la maison de retraite, obsèques) alors qu'ils n'auraient pas eu à le faire, si l'argent n'avait pas été escroqué.

Que fallait-il faire ?

Tout d'abord, gérer à deux les finances du couple. Lorsque l'un des deux se retrouve seul, et qu'il y a vraiment nécessité de donner procuration, en informer tous les membres de la famille. Enfin, exiger de recevoir les relevés de compte, et en cas de doute, les faire voir à quelqu'un d'autre. Si le mandataire reçoit les copies et rechigne à les donner, ceci doit déclencher des soupçons. Il faut alors, même si c'est très désagréable, exiger des explications et si le lien de confiance est rompu, annuler la procuration.

BRÈVES

Séminaire national au Croisic

Un séminaire regroupant les présidents des 85 fédérations départementales des Aînés Ruraux s'est tenu au Croisic du 23 au 25 mars 2011.

Le programme de travail présenté par le président Gérard VILAIN avait pour objectif de traiter principalement des évolutions des attentes des aînés ruraux et de l'évolution des effectifs.

Des groupes de travail ont été constitués pour faire des propositions autour de trois axes :

- ▶ renouvellement de nos actions et de notre offre aux adhérents actuels et futurs,
- ▶ adapter notre organisation et nos structures,
- ▶ renouveler notre image.

Les propositions des différents groupes de travail

devront être validées par l'Assemblée Générale qui se tiendra à Lille au cours du mois de juin 2011.

Nous aurons l'occasion de revenir sur ces propositions dans un prochain numéro.

Site Internet

Le site internet de la fédération départementale va évoluer. La présentation faite lors du séminaire fait apparaître des adaptations répondant mieux au



Travaux en groupe lors du séminaire au Croisic

désir de modernité et aux attentes des clubs et nouveaux publics aînés ruraux.

Quatre niveaux d'accès sont prévus : grand public, adhérents des clubs, res-

ponsables de clubs et responsables nationaux.

La navigation sur le site permettra entre autres de retrouver rapidement les coordonnées et les activités des clubs. Un forum permettra

les échanges. Ce séminaire donnera du grain à moudre pour les prochaines réunions de secteurs et de clubs.

Victor GAUDIN

DATE À RETENIR

Foire de Béré



Une rencontre avec le comité de la foire de Béré s'est tenue le 24 février 2011. Le bilan de l'action

de 2010 positif. Pour 2011 une reconduction de la collaboration a été retenue. La mise en place d'un

espace Seniors regroupera les Aînés Ruraux de la « Fédération Départementale de Loire-Atlantique » ainsi que nos amis de l'Ille et Vilaine, du Maine-et-Loire et de la Mayenne.

Deux autres associations seront également présentes : l'Orpac et le CLIC de Châteaubriant.

Le **lundi 12 septembre** un débat aura lieu sur les attentes des Seniors et le soutien à nos associations.

Veillez retenir cette date pour vos activités.

Vous êtes invités à visiter notre stand avec un prix d'entrée préférentiel à la foire.

La boutique des Aînés ruraux

A votre disposition :

- ▶ un choix de livres de différentes catégories ayant trait principalement à la ruralité de notre beau pays qu'est La France.

Les prix vont de 10 à 35€.

- ▶ pour vos soirées en famille : des jeux de cartes et tapis au logo «Aînés Ruraux» :

Jeu 32 cartes 2 euros

Jeu 54 cartes 4 euros

Jeu de tarot 7 euros

Tapis 6 euros



Action de Solidarité avec Madagascar :

La boîte de Gâteaux
(3 assortiments)..... 6 euros

Le pot de confiture
(plusieurs parfums
aux fruits de Madagascar)..... 3 euros

Cet ensemble peut être présenté lors de l'Assemblée Générale ou à toute autre manifestation de votre club.

S'adresser à :

Thérèse FUTEUL

☎ : 02 40 54 89 87

Agenda 2011

1 - Vie fédérale

Conseil d'administration

28 juin - 16 septembre

04 novembre - 02 décembre 2011

Bureau

23 mai - 09 septembre - 02 décembre 2011

Réunion des présidents : 06 mai 2011

Fête départementale : 07 juillet 2011

à Saint-Philbert-de-Grandlieu

Vers les chemins de Compostelle

du 12 au 24 septembre 2011.

Fête de la pomme

24 septembre 2011

Le Verger de Sauvegarde à Nort-sur-Erdre.

2 - Autres évènements

Réunion d'information sur l'assurance des clubs et associations

(Contrat Arcange de Groupama) :

18 avril 2011, de 9 h 30 à 12 heures,
Salle des Loisirs à Nort-sur-Erdre.

Préparation de la fête d'été:

06 mai 2011, de 14 h 30 à 17 heures,
Salle des Loisirs à Nort-sur-Erdre.

La fiscalité des clubs et associations

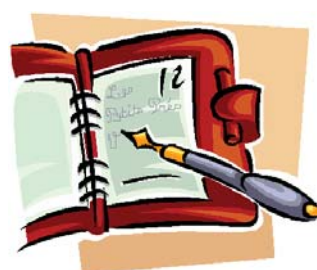
(par le Crédit Agricole) :

26 mai 2011, de 9 h 30 à 12 heures,
Salle municipale à Héric.

3 - Vie des clubs et des secteurs

Automne

Réunion des nouveaux présidents de clubs



Garder le contact

Les Aînés Ruraux

Fédération départementale de Loire Atlantique

2, impasse de l'Espéranto
44800 - SAINT HERBLAIN

Tél/Fax: 02 40 47 39 93

Courriel : fedeaînesruraux44@wanadoo.fr

Permanence le mardi et le jeudi
De 09h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

Les Aînés Ruraux Fédération Nationale

Association reconnue d'utilité publique.
Titulaire de l'agrément de tourisme n°AG 075 07 0004
60, rue de Londres/ 75008 - PARIS

Tél 01 53 42 46 03 /Fax 01 5342 13 24.
Courriel : federation-nationale@ainesruraux.org
www.ainesruraux.org



Le prochain numéro paraîtra en septembre 2011.

Les articles sont à faire parvenir sous forme de fichier *Word* ou *Open Office Writer*, les photos au format *jpeg*
au plus tard le 8 juillet 2011

par mail à l'adresse suivante : fedeaînesruraux44@wanadoo.fr
ou éventuellement par courrier à :

Fédération des Aînés Ruraux - 2 impasse de l'Espéranto - 44800 SAINT-HERBLAIN