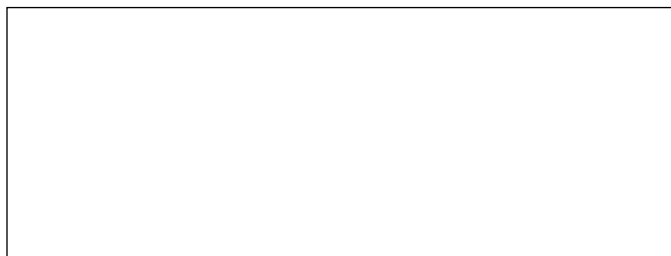
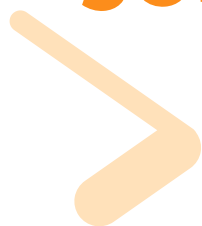


# mag'

## seniors



Au niveau national, parallèlement à l'augmentation du taux de natalité, on constate un vieillissement de la population. L'espérance de vie, évoluant à la hausse (78 ans pour les hommes et 85 ans pour les femmes), amène à faire du maintien à domicile des personnes en perte d'autonomie, un des soucis majeurs des politiques publiques à destination des seniors.

Au niveau de la région Rhône-Alpes, le territoire est un peu plus jeune que le reste de la France métropolitaine. Pour autant, elle compte près d'un million de personnes d'au moins 65 ans, ce nombre pourrait doubler d'ici 2040.

Au niveau local, le dernier recensement indique que les seniors représentent 19% de la population contre 14% il y a 10 ans.

Cette publication est la résultante d'une attente exprimée par les St-Quentinois de 65 ans et plus qui répondent par voie de questionnaire en mai 2011 : 80 % ont souhaité cette parution spécifique, elle comprendra un dossier thématique, des actualités sur 6 mois, des infos pratiques, des nouvelles en bref, ...

## SENIORS SANTÉ HANDICAP

Tél. 04.74.94.80.45

Courriel : ssh@st-quentin-fallavier.fr

**Les repas à domicile** sont livrés du lundi au vendredi par un agent municipal et peuvent être adaptés aux régimes spécifiques (diabétique, sans sel, etc.). Le tarif appliqué est calculé en fonction des ressources, sur présentation du dernier avis d'imposition.

**La téléalarme** est une téléassistance qui permet à l'abonné d'être relié à distance aux sapeurs-pompiers 24/24 et 7/7. Un agent municipal passe faire les essais au domicile tous les 2 mois, afin de tester la bonne marche des appareils et de rappeler les consignes d'utilisation. Le tarif appliqué est fixe, mais des prises en charge sont possibles selon les situations : APA, PAP, caisses de retraite, mutuelles, Prestation Compensatoire du Handicap (PCH).

Le service Seniors – Santé – Handicap accueille, informe, oriente toute personne concernée par des problématiques liées au handicap ou à l'avancée en âge. Il est labellisé Point Info Autonomie par le Conseil Général de l'Isère.

### Point Info Autonomie

Ce service labellisé par le Conseil Général vous renseigne et vous oriente. Vous pouvez appeler pour toute question liée à l'avancée en âge ou au handicap.

Des actions collectives et des moments conviviaux à destination des seniors et des personnes handicapées sont mis en place tout au long de l'année pour rompre l'isolement et renforcer le lien social :

- Ateliers thématiques à l'initiative du service ou selon les demandes des personnes
- Conférences ou événements en lien avec le Conseil Général de l'Isère
- Organisation de la semaine bleue

## CCAS

(CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE)

Tél. 04.74.94.80.43

Courriel : ccas@st-quentin-fallavier.fr

Le CCAS est un lieu d'accueil, d'écoute et d'information où les habitants peuvent trouver des réponses, des conseils et un accompagnement concernant l'accès au soin, le budget, la vie quotidienne, le logement.

Il peut vous accompagner dans l'accès au droit, pour faire le point sur chaque situation et ouverture de droits concernant la retraite, sécurité sociale, santé, aide juridictionnelle, handicap et apporte une aide à la constitution de certains dossiers (Prestation Compensatoire Handicap (PCH), Allocation Adulte Handicapé (AAH), carte invalidité et stationnement, aide sociale Personnes Agées et Personnes Handicapées, Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA), Obligation alimentaire).

L'accueil se fait sur rendez-vous, au CCAS, par une conseillère en Economie Sociale et Familiale ou visite à domicile si besoin, dans le respect des règles de confidentialité.

## LE CENTRE SOCIAL MUNICIPAL

Tél. 04.74.94.25.53

Courriel : centre.social@st-quentin-fallavier.fr

C'est un lieu d'accueil qui favorise la rencontre et la convivialité au travers des activités proposées sur plusieurs lieux de la commune pour tous les âges.

Le Centre Social propose des actions dans lesquelles vous êtes les bienvenus. (comité d'habitants, accueil café, sorties familiales, ateliers,...)

Renseignements à l'accueil du centre social

## @ROBASE

Tél. 04.74.94.14.19

courriel : arobase@st-quentin-fallavier.fr

Espace Public Numérique dédié à l'accompagnement du public dans l'utilisation de l'informatique et des nouvelles technologies de communication, l'@robase est accessible avec une carte d'abonnement.

### DES ASSOCIATIONS SONT INSTALLÉES SUR LA COMMUNE

#### L'ADMR

(AIDE À DOMICILE EN MILIEU RURAL)

MAISON DES ASSOCIATIONS, RUE DES MARRONNIERS, CIDEX 44

Tél. 04.74.94.21.38 (SECRETARIAT JOIGNABLE LE MATIN)

#### SSIAD

(SERVICE DE SOINS INFIRMIERS À DOMICILE)

MAISON DES ASSOCIATIONS - RUE DES MARRONNIERS - CIDEX 44

Tél. 04.74.94.55.52

#### LE CLUB DES RETRAITÉS

4, RUE BELLEVUE - Tél. 04.74.95.56.09

## LE PLAN D' ACTIONS PERSONNALISÉ (PAP) DE LA CARSAT

### Conditions à remplir

- Présenter une situation de fragilité en lien avec son âge, ses ressources, sa situation sociale
- Etre titulaire d'une retraite du régime général de la Sécurité Sociale à titre principal (âge minimal 55 ans)
- Résider en région Rhône-Alpes
- Etre un conjoint âgé d'au moins 55 ans, d'un retraité à titre principal du régime général
- Relever d'un groupe iso-ressources en GIR 5 ou 6 (niveau d'autonomie) sur la base de la grille AGGIR

### Prestations prises en charge :

- Aide ménagère, courses, service de repas, garde de nuit, accompagnement aux sorties...;
- Equipement d'une téléalarme, hébergement temporaire et accueil de jour...;
- Accompagnement aux transports et aux sorties, aide aux vacances...;
- Ateliers nutrition, mémoire, équilibre et prévention des chutes...

Sous réserve que le conjoint ne bénéficie pas de l'aide ménagère financée par la CARSAT et que le besoin soit avéré, seuls les GIR 5 peuvent obtenir une participation financière de la CARSAT au titre des frais engagés pour l'aide ménagère à domicile, dans la limite de 6 h/mois. Des dérogations exceptionnelles peuvent être examinées par la CARSAT pour des GIR 6 dans des situations particulières de maladie ou de soins.

Ce dispositif de conseils, d'aides financières et matérielles donnent aux retraités les moyens de continuer à vivre chez eux dans les meilleures conditions possibles. Il est destiné aux retraités du régime général qui sont encore autonomes mais qui ressentent le besoin d'être aidés à leur domicile en raison de leur état de santé, de leur isolement ou encore des conditions de vie dans leur logement.

### Pour faire la demande :

Procurez-vous l'imprimé de « demande d'aide pour Bien vieillir chez soi » auprès du CCAS, de votre caisse de retraite, ou sur le site [www.carsat-ra.fr](http://www.carsat-ra.fr). Complétez-le et adressez-le à votre caisse de retraite : CARSAT Immeuble Le Racine – Avenue du Parc 38300 BJ

Après réception de votre demande, votre caisse de retraite procède à son étude administrative et commande une évaluation.

### L'évaluation des besoins à votre domicile

Si vous remplissez les conditions administratives, votre caisse régionale mandate une structure qui vient chez vous évaluer votre situation et vous apporter les conseils et solutions adaptés.

### L'accord de votre caisse régionale

Après étude des recommandations transmises par l'évaluateur, votre caisse régionale vous informe de la nature et du montant des aides qui vous sont accordées. Vous avez toute liberté dans le choix des prestataires qui interviendront à votre domicile.

Plus d'informations sur : [www.carsat-ra.fr](http://www.carsat-ra.fr) ou au 3960

## L'ALLOCATION PERSONNALISÉE À L'AUTONOMIE (APA) DU CONSEIL GÉNÉRAL

### Conditions à remplir

- Etre âgé de 60 ans ou plus,
- Etre en situation de perte d'autonomie, nécessitant une aide pour les actes essentiels de la vie,
- Résider de façon stable et régulière en France.
- Relever du GIR 1 à 4

### Prestations prises en charge

- les dépenses de personnels ou services : aide à domicile, portage de repas...
- la téléalarme,
- la place en accueil de jour,
- les dépenses d'hébergement temporaire,
- les aides techniques (barres d'appui, réhausseurs de toilettes, tapis antidérapant, sièges de bain...),
- les travaux d'aménagement de votre logement...

Elle a été conçue dans le but de favoriser le maintien à domicile des personnes âgées. Elle permet de prendre en charge les frais liés à la perte d'autonomie des personnes âgées résidant à domicile.

### Ressources

L'attribution de l'APA n'est pas liée à une condition de ressources. Toutefois, ces dernières sont prises en compte lors du calcul du montant de l'APA qui vous est attribué.

### Pour faire la demande, se procurer un dossier

- Au CCAS de la commune, bâtiment d'accueil au public,
- Au service autonomie de la maison du Conseil général à Bourgoin Jallieu.

Une fois complété, votre demande doit être déposée au CCAS, qui se chargera de l'adresser au service autonomie de la maison du Conseil général.

### L'évaluation des besoins à votre domicile

Un membre de l'équipe médicosociale ayant instruit votre demande, se rend à votre domicile pour évaluer votre degré de perte d'autonomie et élaborer avec vous un plan d'aide.

Plus d'informations : [www.isere.fr](http://www.isere.fr) ou service autonomie à BJ - Tél. 04.26.73.05.48

Ces aides ne sont pas cumulables avec un autre dispositif d'action sociale.

Si vous ne relevez ni de l'APA, ni du PAP, vous pouvez vous renseigner auprès de vos caisses de retraite complémentaire, mutuelles, assurance dépendance qui ont parfois des fonds pour financer de l'aide à domicile.

## AIDE AUX AIDANTS

Vous aidez un proche dépendant à son domicile, régulièrement voire quotidiennement, vous avez besoin d'en parler avec d'autres personnes dans la même situation, vous avez besoin de répit ?

Vous pouvez vous faire connaître auprès du service Seniors-Santé-Handicap tél. 04.74.94.80.45.

Nous pourrions par la suite mettre en place un groupe de paroles, un atelier, ...

## ATELIER NUMÉRIQUE À L'@ROBASE

Pour pratiquer régulièrement l'informatique, approfondir ses compétences, réviser et revoir des notions - 2 fois par mois de 16h à 18h.

Renseignements et inscriptions à l'@robase  
Tél. 04.74.94.14.19



## SORTIES FAMILIALES

Des sorties sont proposées tout au long de l'année pour découvrir ensemble de nouveaux lieux et de nouvelles activités sportives, culturelles et de loisirs. Il est possible également, si vous avez des idées, d'organiser une sortie à la demande. - Tarif en fonction du quotient familial

Les prochaines dates

- Samedi 16 mars : les Grottes de la Balme
- Samedi 20 avril : visite de ferme en ferme
- Samedi 1<sup>er</sup> juin : Fête de la Montgolfière à Annonay
- Vendredi 5 juillet : Bateau mouche dans le département du Rhône.

Renseignements et inscription au Centre Social  
Tél. 04.74.94.25.53

## ACCUEIL CAFÉ

Vous pouvez partager un moment convivial avec l'équipe autour d'un café: le lundi de 8h30 à 9h30 et le mardi de 16h à 17h au village, le mercredi de 9h à 10h au Nymphéa»

## PLAN CANICULE 2013

Le dispositif sera mis en place comme chaque année du 01/06 au 31/08. Au **niveau 1**, la commune doit tenir un registre nominatif des personnes âgées, handicapées, fragiles et/ou isolées. Si le **niveau 2** est déclenché, les personnes recensées seront contactées par téléphone. Le **niveau 3** est déclenché lorsque la canicule est aggravée par des effets collatéraux. A ce stade, les personnes recensées sont visitées à domicile par les services municipaux et les associations (ADMR, Croix-Rouge, SSIAD).

## OUVERTURE D'UN NOUVEL

### ÉTABLISSEMENT DE SOINS AU MÉDIPÔLE

Depuis le 7 janvier 2013, un centre de Médecine Physique et de Réadaptation a ouvert sur le Médipôle de Bourgoin-Jallieu.

Il a pour objectif de répondre aux besoins de rééducation et réadaptation des patients habitant le Nord-Isère présentant des déficiences neurologiques et/ou de l'appareil locomoteur, en situation de handicap transitoire ou chronique.

La prise en charge est globale et personnalisée, avec des compétences pluridisciplinaires et un plateau technique spécialisé en Médecine Physique et de Réadaptation.

Rééducation, Réadaptation, Réinsertion, Education thérapeutique : affections neurologiques adultes et enfants, affections de l'appareil locomoteur.

Hospitalisation complète ou de jour.

Tél : 09.71.00.38.38  
Site : [www.crf-bourgoin.com](http://www.crf-bourgoin.com)



## ATTAQUES CÉRÉBRALES OU CARDIAQUES, CHAQUE MINUTE COMPTE

CONFÉRENCE DU DR DIDIER DARAILLANS

Responsable de l'unité SMUR  
du Centre Hospitalier Pierre Oudot  
de Bourgoin Jallieu

**Judi 28 Mars 2013**

**18h à 20h**

Salle de conférence,  
Maison du Conseil Général  
18 avenue Frédéric Dard  
Bourgoin Jallieu

### OBJECTIF

Informers sur les attaques cérébrales  
et cardiaques et promouvoir

l'alerte au **15** en cas de symptômes

Pour participer :

Confirmer votre présence auprès de  
Chrystèle Murard : [c-murard@cg38](mailto:c-murard@cg38)

date limite d'inscription le 18 mars