

Le p'tit journal du CCAS de Saizerais

Place Adrien-Toussaint 54380 SAIZERAIS Tél: 03.83.24.45.02 Mail: accueil@saizerais.fr



Seront assurées en mairie les mardis de 14h à 17h : 9 janvier

6 février 🧧

13 mars

Monsieur le Maire et tous les membres du CCAS sont heureux de vous présenter leurs vœux au seuil de cette nouvelle année 2018 : santé, partage, douceur pour vous, votre famille et amis.

Les fêtes de fin d'année sont derrière nous mais pas les frimas. Il fait bon à la maison, dégustant un grog, un thé ou une tisane devant la cheminée. Les balades en forêt, bien emmitouflés, nous permettent de nous ressourcer et d'apprécier le cocon de notre maison.

Le CCAS se propose, tout au long de cette année 2018, de vous apporter de l'information, de l'aide (administrative, financière, alimentaire...) au cours de : réunions, ateliers et grâce au panneau d'affichage extérieur mais également en vous accueillant au cours des permanences du CCAS et des RDV que nous nous fixerons ensemble à la demande.

AGENDA DES MANIFESTATIONS DU CCAS

1er trimestre 2018





Atelier « tablettes numériques »

la réunion aura lieu le **jeudi 15 février 2018 à 15h** au local Saint Georges.

L'objectif de l'atelier est de permettre à des personnes (seniors) ne maîtrisant absolument pas l'outil informatique de se familiariser à celui-ci à travers une tablette. Cette réunion sera suivie de 9 séances.

Un flyer avec coupon réponse vous sera distribué 15 jours avant la réunion.



Atelier RIGOLOGIE

en cours d'élaboration pour le premier semestre 2018



Réunion « Sécurité Village » samedi 24 mars 2018 à 10 h

à la salle Saint Georges

En partenariat avec la Gendarmerie de Liverdun, nous allons aborder les thèmes suivants : la sécurité dans le village, lors de départ en vacances, l'état d'urgence, les missions de la gendarmerie, la participation citoyenne, le bilan 2017, les violences intra familiales... Le tout autour d'un pot et de quelques douceurs.

Vous êtes les bienvenus quel que soit votre âge!





Votre CCAS a signé

une convention de partenariat en 2016 avec la CPAM de Nancy :

elle permet de répondre à : des situations financières urgentes (indemnités journalières, pension d'invalidité, précarité avérée...), dossier CMU, demande d'aide financière et prestation supplémentaire afin d'éviter les situations de rupture : traitement sous 48 h de la demande !

Alors n'hésitez pas à nous contacter!!!!!

LES AIDES AUX SENIORS



Le conseil départemental de Meurthe-et-Moselle (CD54), solidaire de tous, auprès de chaque génération, soutient les personnes âgées à travers son schéma départemental pour l'autonomie : rester à domicile ou réussir son entrée en maison de retraite.



Les services territoriaux personnes âgées personnes handicapées (PA PH) créées par le conseil départemental de Meurthe-et-Moselle

sont à la disposition des personnes âgées, handicapées et de leurs familles pour répondre aux questions, vous informer, vous aider dans le montage d'aides : APA..., évaluer vos besoins.

Voici ses coordonnées :

Maison du département - 9200 route de Blénod 54700 MAIDIÈRES

Tél: 03.83.80.02.38 - Mail: paphvdl@departement54.fr

1. L'aide personnalisée d'autonomie : APA



L'APA prend en compte le degré d'autonomie des personnes, leur revenu et leur lieu de vie.

Cette aide financière personnalisée permet aux personnes âgées de + de 60 ans, résidant en France, ayant besoin d'une aide pour accomplir des actes essentiels de la vie, évaluées dans l'un des groupes de 1 à 4 (grille AGGIR compte 6 groupes. Les groupes 5 et 6 n'ouvrent pas de droit) de bénéficier d'une aide pour accomplir les actes essentiels à leur vie. Elle prend en charge tout ou partie des frais liés à la perte d'autonomie. Elle concerne : l'aide humaine, portage de repas, téléalarme, adaptation du logement, frais de séjour en accueil temporaire ou accueil de jour... Une évaluation est réalisée au domicile de la personne âgée.

L'APA peut être accordée aux personnes vivant à domicile, en famille d'accueil ou en établissement conventionné par le CD54.

2. L'aide sociale à l'hébergement : ASH



Cette aide peut être demandée au CD54 par des personnes hébergées en établissement ou en accueil familial. Les montants versés sont récupérables par

le CD54.

Les conditions à remplir : avoir + 65 ans (ou + 60 ans si reconnu inapte au travail) ; résider en France de façon stable et régulière (au - 3 mois dans le dernier domicile avant l'entrée en établissement), avoir des ressources inférieures au montant des frais d'hébergement.

L'ASH peut être accordée pour un hébergement : en résidence autonomie, en EHPAD, en USLD.

Il faut que ces établissements disposent de places habilitées à recevoir des bénéficiaires de l'aide sociale. La demande doit se faire en même temps que les démarches d'admission en établissement

L'ASH prend en charge tout ou partie des frais d'hébergement du résident, en fonction de ses ressources, de celles de son conjoint et de ses obligés alimentaires. Droit ouvert à la date d'entrée en établissement. Le montant de l'ASH versée par le CD54 est récupérable du vivant et au décès de la personne bénéficiaire

http://

http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/beneficier-daides/laide-sociale-lhebergement-ash

3. Les aides au logement



2 aides susceptibles d'être versées aux personnes âgées : être : locataire ou colocataire ou sous-

locataire, accédant à la propriété ayant bénéficié d'un prêt pour l'achat du logement, résident en établissement d'hébergement pour personnes âgées, hébergé chez des accueillants familiaux et le logement doit être votre résidence principale (y résider au - 8 mois par an).

Pour pouvoir bénéficier de ces aides au logement : il n'y a pas besoin d'âge maximum ; être en situation régulière sur le territoire français ; faire une demande auprès de la CAF ou de la MSA

Pour le calcul de l'aide au logement sont pris en compte : les ressources de la personne et de son conjoint, le montant du loyer ou du prêt, le lieu où est situé le logement.

- **L'APL (aide personnalisée au logement):** est versée uniquement si le logement ou l'établissement est conventionné: convention passée avec le préfet et signée par le bailleur ou l'établissement.
- **L'ALS (allocation de logement sociale) :** est versée dans les autres cas.

http://

http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/beneficier-daides/les-aides-au-logement

DOSSIER

4. Les aides financières



Depuis le vote de la loi de finances 2017, le crédit d'impôt est désormais accordé aux retraités ayant recours à l'emploi d'aide à domicile ou à un service

à domicile à compter de l'imposition des revenus de l'année 2017. Idem pour les personnes vivant en EHPAD ou en résidence autonomie.

Il permet de bénéficier d'un remboursement si le montant du crédit d'impôt est supérieur à celui de l'impôt à payer. Les personnes non imposables peuvent ainsi en bénéficier.

Le crédit d'impôt est égal à 50 % de vos dépenses annuelles d'aide à domicile : aide dans les actes de la vie quotidienne, entretien de la maison et travaux ménagers.

Les montants pris en compte sont plafonnés et vous devez déduire le montant des aides que vous avez perçues du montant des dépenses que vous déclarez pour bénéficier du crédit d'impôts.

Les aides des caisses de retraite : CNAV, CARSAT, CDSS, CSS, MSA, RSI...+ caisses de retraite complémentaires : AGRC ARRCO, IRCANTEC...

Vous êtes retraité : votre caisse de retraite peut vous apporter des aides, notamment **si vous ne pouvez pas bénéficier de l'APA**, et si vous êtes en situation de fragilité.

Ce sont des aides pour faire face aux difficultés de la vie quotidienne : courses, aide au ménage, livraison de repas, téléassistance, aménager et améliorer votre logement, démarches administratives, recherche d'un établissement d'hébergement, après une hospitalisation, vous déménagez, vous êtes hospitalisé, vous venez de subir un deuil, pour faire des activités, sortir de chez vous, partir en vacances... et ceci après une évaluation globale et personnalisée de vos besoins à domicile et en fonction de vos ressources et de votre fragilité. Les caisses proposent des actions collectives : conférences, ateliers... Dispositif Sortir + proposé par AGIRC ARRCO à ses retraités

Le chèque CESU s'adresse aux personnes de 80 ans et + qui vivent chez elles, préfinancé et nominatif pour financer une prestation d'accompagnement, voir de transport qu'on aide à organiser.

http://

http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/beneficier-daides/les-aides-des-caisses-de-retraite

Les aides extra légales des mairies ou du CD54:

Les mairies et le CD54 sont responsables de l'attribution des aides sociales aux personnes âgées. Ils peuvent aller plus loin que l'aide sociale légale et attribuer des aides extralégales. Pour les mairies : aides financières ou en nature (portées par le CCAS) :

Pour faire face à des frais exceptionnels, facture EDF/eau... + aide alimentaire.

http://

http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/beneficier-daides/les-aides-extralegales-des-mairies-ou-des-conseils-departementaux

FICHE CONSEIL N° 9

5. Être soigné à domicile



Les SSIAD (services de soins infirmiers à domicile) interviennent à domicile pour dispenser des soins aux personnes âgées et handicapées. Ils

contribuent au maintien des personnes à domicile. Leurs interventions se font sur prescription médicale.

Les SPASAD (services polyvalents d'aide et de soins à domicile) : assurent à la fois les missions d'un SSIAD et celles d'un service d'aide à domicile.

Vous pouvez faire appel : à un infirmier libéral, à un centre de santé infirmier.

L'HAD: hospitalisation à domicile: uniquement sur prescription médicale, avec accord du médecin traitant qui assure la prise en charge médicale tout au long des soins; pris en charge par l'assurance maladie.

Permet de rester à son domicile et d'assurer certains soins techniques, intensifs ou complexes que le secteur libéral même coordonné n'est pas en mesure de prendre en charge. Elle garantit la continuité des soins 7 jours sur 7, 24 h sur 24 dans un environnement familier.

Bénéficier de soins palliatifs à domicile : pratiqués par une équipe interdisciplinaire en institution ou à domicile, ils visent à soulager la douleur, à apaiser la souffrance psychique, à sauvegarder la dignité de la personne malade et à soutenir son entourage.

http://

http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-domicile/etre-soigne-domicile

6. Être aidé à domicile



Parfois la santé ne permet plus d'effectuer certains gestes de la vie quotidienne.

Il existe des services spécialisés pouvant répondre à ces besoins :

- Les services d'aides à domiciles : aide à s'habiller, faire les courses, préparer les repas, le repassage... Le portage de repas à domicile, petits travaux de bricolage, garde de nuit...
- **La téléassistance** permet de sécuriser les personnes âgées qui vivent seules chez elles. En cas de chute, malaise, la personne peut contacter une plateforme 24h sur 24, 7 jours sur 7.

Vous trouverez les flyers de ces structures en mairie.

http://

http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-domicile/etre-aide-domicile

••• 2° partie : 2° trimestre 2018

A G E N D A V O Y A G E S S E N I O R S



ANCV >

Saint-Pierre la Mer

Crozon

Laurac-en-Vivarais

du 30.06.18 au 07.07.18 6 places **du 30.06.18 au 07.07.18** 6 places





Flyers distribués le 05.12.17 inscriptions possibles jusqu'à fin janvier 2018

UNAT UNAT

• Le pont du Metty du mercredi 02.05.18 au vendredi 04.05.18

50 places au maximum

Ce séjour, d'une durée de 3 jours et 2 nuits, se situe à La Bresse dans les Vosges et s'adresse aux personnes de 60 ans et + en retraite.



Le tarif ALL INCLUSIF est le suivant :

- 55 € pour une personne si non imposable (bourse de 100 €):30 places au maximum,
- et de **155 €** pour une personne imposable.

Une réunion d'information est prévue le lundi 15 janvier 2018 à 14 h 30 (à confirmer)

à la salle Saint-Georges à Saizerais



LE COIN DES BONNES IDÉES ET ASTUCES OU RECETTES

Pour faire briller sa baignoire, il faut bien la mouiller partout avec de l'eau très chaude. Verser ensuite beaucoup d'essence térébenthine sur un chiffon très doux.

Il n'est pas nécessaire de frotter, il faut juste en passer partout et rincer à l'eau claire.

On peut éviter de rincer mais l'odeur peut déranger.

Quand une baignoire commence à avoir un certain âge, même si elle est propre, elle devient terne.

On peut lui redonner un coup d'éclat et la faire briller simplement en passant un chiffon imbibé d'essence térébenthine sur toute la surface. Bien ventiler la pièce lors de cette opération.

Navarin (pour 6 personnes)



1, 8 kg d'agneau (collier, épaule) en gros morceaux • 3 gros oignons • 5 oignons botte • 5 belles carottes • 5 gousses d'ail • 50 cl de vin rouge • 50 g de giroles (ou pleurotes) • bouquet garni : thym, sauge, romarin • 1/2 bouquet de persil plat • piment d'Espelette • 45 g de beurre • 1 cs d'huile • herbes de votre jardin :

sarriette, cerfeuil, estragon

Pommes farcies : 6 pommes reinettes ou gala • 200 g de raisin (noir et blanc mélangés) • 200 g de girolles ou pleurotes • 60 g de noix • quelques brins de chaque herbe : estragon, cerfeuil, persil, ciboulette • 20 cl de jus de pommes

Préparation : Pelez 2 gousses d'ail et coupez-les en trois lamelles, glissez-les dans les entailles que vous aurez faites avec la pointe d'un couteau au cœur de la viande.

Chauffez une grande cocotte en fonte, versez l'huile et la moitié du beurre et faites dorer la viande sur toutes ses faces. Coupez les verts des oignons botte et tranchez-les grossièrement à main levée (en plume, comme dit Michel). Remplacez la viande par les oignons.

Pelez les carottes et coupez-les en bâtonnets.

■ Pomme de terre en crêpes : recette de Serge

1 kg pommes de terre • 1 fromage blanc • 3 grosses cuillères de crème • 3 CS farine • 2 œufs • ail • échalottes • persil • beurre • sel • poivre

Faites cuire les pommes de terre en robe des champs ; éplucher et réduire en purée ; mélanger le fromage blanc bien égoutté, la crème, 3 CS farine, 2 œufs, ail, échalotte, persil, sel, poivre, le tout haché finement. Bien mélanger le tout et former de petites crêpes épaisses et cuire dans une poêle avec du beurre ou de l'huile : c'est délicieux !