



Le mardi 24 septembre à 15h, plus de 40 000 personnes, dont nous faisons partie, se sont rassemblées devant les établissements et services pour personnes âgées pour clamer collectivement « Les Vieux méritent mieux ! ».



Une mobilisation massive et rare, organisée par 18 fédérations et organisations du Grand âge, pour réclamer des moyens d'urgence et exiger du Gouvernement une loi systémique, garantissant des financements suffisants pour les aînés d'aujourd'hui et de demain.

Nous profitons de cette édition pour vous souhaiter...



...de joyeuses fêtes de fin d'année !

### SOMMAIRE

Page 2	Le mot de la Directrice Générale
Page 3	Focus sur ...
Page 4	Le pôle prévention
Page 5	Les centenaires
Page 6	Les idées reçues / Les derniers événements
Page 7	Journée de l'habitat seniors en Médoc / Les mots d'ici
Page 8	Recette / Astuces / Remue-méninges



Depuis plusieurs semaines, les équipes du Département avec la responsable qualité et la comptabilité de l'AAPAM, travaillent à la mise en place d'une plateforme informatique de transmission d'informations entre le Département et l'AAPAM.

Ces nouvelles modalités impliquent également la **prise en compte au réel des heures d'intervention** pour l'Allocation Personnalisée à l'Autonomie (APA), la Prestation de Compensation du Handicap (PCH) et l'aide sociale. Il s'agit de déclarer, de facturer au département et aux personnes accompagnées (reste à charge pour l'APA et l'aide sociale), et de comptabiliser les heures des aides à domicile au réel de la durée d'intervention, soit **à la minute près**.

Par **exemple**, supposons un plan d'aide de 2 heures par semaine. L'intervenant reste 1h55 minutes ; jusqu'à maintenant et par usage, nous arrondissons à l'heure, soit une facturation de 2 heures. A compter du 1<sup>er</sup> janvier 2025, 1h55 seront facturées à la personne accompagnée ainsi qu'au département. Si l'intervenant reste 2 heures et 5 minutes, alors 2 heures vous seront facturées ainsi qu'au département et comptabilisées à l'aide à domicile. L'aide à domicile et le service auront un manque à gagner de 5 minutes. Sur une heure, ce n'est pas grave mais à chaque intervention, tous les mois, les conséquences peuvent être importantes pour les intervenants, le service et vous-même : les plan d'aide (nombre d'heures) sont établis par les évaluateurs du département en fonction de vos besoins. S'il s'avère que votre besoin est moindre, alors le plan d'aide peut être revu à la baisse.

Nous vous invitons donc, ainsi qu'aux intervenants à domicile à être **vigilants** sur le respect de la durée des prestations et de nous informer si cette durée ne correspond pas à vos attentes ou besoins. Nous nous mettrons en lien avec les équipes du Département pour proposer une réévaluation de votre plan d'aide.

Le métier d'intervenant à domicile sera socialement pleinement reconnu quand l'attitude de chacun d'entre nous sera la même que celle que nous avons avec par exemple, un médecin, un plombier, un chauffagiste... Quand un professionnel de ces métiers convient d'un horaire de passage, nous sommes présents à notre domicile.

Nous comprenons qu'il peut vous arriver d'annuler une intervention dans un délai de moins de 24 heures pour convenance personnelle (visite de votre famille ou un ami le plus souvent). Néanmoins, ces heures ne seront pas réalisées par les aides à domicile et nous ne sommes pas en mesure de compenser cette perte de travail par une autre intervention. Ainsi, à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2025, nous facturerons, à taux plein, ces heures annulées dans un délai de moins de 24 heures. Cette facturation ne concerne bien évidemment pas les urgences médicales. Si vous souhaitez plus de détails, vous pouvez contacter la, le responsable de votre secteur ou consulter le règlement de fonctionnement transmis lors de la signature du contrat.

Nous avons une **bonne nouvelle** à vous transmettre : grâce à un financement de la **CARSAT Aquitaine** et de la **MSA**, les **aidants** de personnes âgées peuvent bénéficier d'**heures de répit à domicile**, intégralement financées donc gratuites. C'est un dispositif facile d'accès et dans sa mise en place (un numéro de téléphone, une description de vos besoins et une mise en place de l'aide par un service conventionné avec la CARSAT). Cette nouvelle prestation est accessible pour les aidants (retraités de plus de 55 ans, ou personnes de plus de 60 ans) habitant sur le territoire de l'AAPAM (Médoc) et celui de l'association d'Aide à Domicile du Haut-Médoc (ADHM).

Dans la limite de **50 heures annuelles**, il s'agit d'assurer une présence responsable auprès de la personne aidée et par conséquent de permettre à l'aidant de s'isoler, jardiner, se reposer, aller en rendez-vous ... en étant tranquille, sans se questionner sur la sécurité de la personne aidée. Des flyers de présentation vous seront transmis courant décembre.

Le Président, Bernard Guiraud, les membres du Conseil d'administration, les représentants des personnes accompagnées et les équipes se joignent à moi pour vous souhaiter de bonnes fêtes de fin d'année.

A bientôt,

Florence Bocquet

## ... Les systèmes de surveillance à domicile

Pour des raisons de sécurité, vous pouvez être amené à installer chez vous un système de surveillance qui peut prendre plusieurs formes : caméra, système audio, ...



Ces dispositifs, aujourd'hui de plus en plus banalisés, doivent toutefois respecter certaines règles, notamment lorsque des professionnels interviennent au domicile. De plus, un système de surveillance ne peut légalement pas être utilisé dans le but de surveiller des professionnels intervenant au domicile, et doit donc être mis hors service lors de leurs interventions. Le service doit donc être informé de l'installation d'un appareil de surveillance audio/vidéo. Vous devrez compléter un formulaire avec votre référent qui définira les modalités de mise hors service retenues avec vous, et en informera l'ensemble des intervenants.

De plus, un tel système ne peut être mis en place sans le consentement éclairé de la ou des personnes qui vivent au domicile, faute de quoi il peut s'agir d'une atteinte à l'intimité de la vie privée, encadrée par l'article 226-1 du Code Pénal, et puni d'un an d'emprisonnement et de 45 000 euros d'amende.

**La mise en place d'un tel dispositif ne doit donc pas être prise à la légère...!**

## ... Mon ESPACE SANTÉ

Mon espace santé est un espace numérique personnel et sécurisé, proposé par l'Assurance Maladie et le Ministère de la Santé, qui a vocation à devenir le carnet médico-social numérique de tous les assurés. Ce service permet à l'utilisateur de participer activement au suivi et à la préservation de sa santé.



Mon espace santé permet à chacun de garder le contrôle sur ses données de santé, de stocker et partager en toute sécurité tous les documents et informations utiles pour son parcours avec ses professionnels médico-sociaux. Au-delà du dossier médical, ce service donne accès à une messagerie sécurisée, ainsi qu'à un catalogue de services et d'applications référencées par les services publics puis à terme, à un agenda médical.

- PERMET** Messagerie sécurisée : Echanger en toute sécurité avec les professionnels qui vous accompagnent
- Documents de santé** : Regrouper l'ensemble des documents de santé liés à votre parcours de soins
- DMP** Catalogue de services : Utiliser des applications de santé sécurisées et compatibles avec Mon Espace Santé
- Agenda de santé** : Centraliser vos prises de rendez vous et vos rappels de santé



Sources : Améli.fr, Centre Hospitalier de Soissons

# Le pôle prévention

Du **30 septembre au 6 octobre** a eu lieu la semaine bleue à Sainte-Hélène. Le pôle prévention de l'AAPAM y était présent les 1er et 3 octobre pour une présentation de leurs actions avec des animations sur les arnaques, la sophrologie et la gym adaptée. Les participants, nombreux, ont apprécié ces temps de découverte.



Venez les rejoindre dans les différents ateliers, détaillés ci-dessous !



## PLANNING DES ATELIERS PREVENTION

### Gymnastique douce "BIEN DANS SON CORPS"

Saint Estèphe - Foyer communal	Lundi de 9h à 10h
Jau Dignac et Loirac - Salle des Fêtes	Lundi de 11h à 12h
Sainte Hélène - Dojo	Mardi de 9h à 10h
Listrac Médoc - Salle socio-culturelle	Mardi de 10h45 à 11h45
Margaux-Cantenac - Dojo	Jeudi de 9h30 à 10h30
Saint Germain d'Esteuil - Salle de la Boétie	Vendredi de 9h à 10h
Queyrac - Salle des Fêtes	Vendredi de 10h30 à 11h30

### AIDANTS

**Sophrologie**  
**Séances collectives**  
 Un mercredi par mois de 14h30 à 15h30  
 Moulis - Salle de restauration  
 Blaignan-Prignac - Salle des Fêtes  
 Saint Vivien - A côté de la bibliothèque

**Réflexologie à domicile**  
 1 séance / mois pendant 8 mois

### SOPHROLOGIE

8 séances individuelles par personne et par an.  
 Uniquement pour les personnes accompagnées  
 par l'AAPAM

### L'informatique, pourquoi pas vous ?

**L'informatique, pourquoi pas vous ?**  
**Atelier d'initiation au numérique**  
**15 séances GRATUITES**

Saint Laurent - Salle de la RPA  
 Du 18.09.2024 au 08.01.2025, le mercredi de 10H à 12H

### Sorties "NATURE CULTURE"

<b>Sortie culture One Woman show</b> à Saint Seurin de Cadourne - Salle des fêtes	08.11.2024	20h30
<b>Sortie Culture théâtre</b> à Cissac Médoc - Salle d'animation	08.02.2025	20h30
<b>Sortie culture spectacle musical</b> à Saint Seurin de Cadourne - Salle des fêtes	14.03.2025	20h30
<b>Sortie culture théâtre</b> à Lesparre Médoc - Espace François Miterrand	12.04.2025	20h30
<b>Sortie culture spectacle</b> de rue à Saint Yzans Médoc - Centre ville	05.07.2025	18h00



❖ « Toujours élégante, madame **Odette Lagune**, née le 09 août 1923 au Touquet, porte avec prestance les 101 années d'une vie bien remplie.

*Si coquetterie rime avec bienveillance, Madame Lagune en est la parfaite poésie...*

*Pleinement intégrée dans l'activité économique et sociale de Lacanau, madame Lagune et son mari s'investissent dans leur pâtisserie reconnue d'une grande notoriété.*

*Parallèlement, madame Lagune exprime ses qualités humaines, générosité et gentillesse, comme secrétaire-trésorière à la section « gym volontaire » dans cette même commune.*

*Insufflée par son père, maître d'arme et professeur d'éducation physique, elle pratiquera plusieurs activités sportives telles que l'escrime, le basketball ou le handball.*

*Heureuse et reconnaissante d'être accompagnée par ses aides à domicile et auxiliaires de vie, elle s'efforce d'en réconforter le quotidien par sa présence chaleureuse.*

*Nous, ses aides à domicile, nous enrichissons professionnellement et humainement de cette formidable rencontre et de nos échanges d'une grande sincérité.*

*Respectueuse de son apparence, nous nous permettons de la complimenter sur l'élégance de sa toilette.*

*Par notre voix, madame Lagune Odette tient à remercier sa fille, Sylvie, pour son aide précieuse... Remerciement repris par l'ensemble des intervenantes de l'AAPAM.*

*Nous restons persuadées que madame Lagune Odette et sa fille Sylvie laisseront une empreinte indélébile sur le chemin de la vie... »*

Barbara Gelly et ses collègues, Emilie Bataille, Florence Romain, Lydia Héry, Lydia Lescombe et Marylou Marty

❖ Madame **Paulette Delgado** a fêté ses 100 ans le 11 juillet 1924.

❖ Madame **Gilberte Seuve**, ici accompagnée de son aide à domicile Maria-Louise Brousseau, est née le 14 septembre 1924.



❖ « Madame **Lucienne Léger** est née le 18 juillet 1923. Lucienne, dite Lulu, est née d'une mère andernosienne et d'un père canadien, venu aider la France durant la première guerre mondiale en intégrant le Corps forestier canadien basé à Andernos.

*De retour en France, la famille s'est installée à Lacanau où résidait une sœur de sa mère. L'intégration a été compliquée, ils étaient sujets britanniques. Pour des raisons professionnelles, elle a quitté Lacanau mais une fois à la retraite, elle y est revenue afin d'aider sa mère âgée et n'est plus jamais partie.*

*Cela fait plusieurs années que nous nous occupons d'elle et c'est un plaisir car Lulu est très gentille et très agréable. »*

Rita Costa Da Encarnacao, Marylou Marty et Nathalie Renaud, ses aides à domicile





**IDÉE REÇUE N°7 :**

IL PARAÎT QUE...  
 « LES DÉPLACEMENTS NE SONT PAS PRIS EN CHARGE ET IL N'Y A PAS DE COUVERTURE SOCIALE... »

Toujours sur la route et pas indemnisé ?

**TOTALEMENT FAUX**  
IDÉE REÇUE

Si, bien sûr ! Mes kilomètres sont remboursés. En plus, j'ai une mutuelle et une prévoyance !

**GRÂCE À LA CONVENTION COLLECTIVE, LES SALARIÉS SONT PROTÉGÉS ET INDEMNISÉS**

**LES PLUS DE LA BRANCHE :**

**Remboursement des déplacements professionnels**

Les frais kilométriques et les temps de trajets entre les différentes séquences de travail sont pris en charge selon les dispositions de la Convention Collective de Branche.

Pour aller plus loin : [www.aideadomicile-labranche.fr](http://www.aideadomicile-labranche.fr)



**Couverture sociale complète (santé et prévoyance)**

La garantie prévoyance permet un maintien de salaire au-delà des obligations légales (selon certains critères).

La complémentaire santé est prise en charge par l'employeur à hauteur de 58% (régime de base) et comporte des options de garanties.

Le fond social de Branche permet de venir en soutien ponctuel aux salariés en situation difficile.

## Les derniers événements



**L'AAPAM est labellisée pour la 3ème année « Semaine Nationale de lutte contre la dénutrition »**

Le 3ème **Contrat Local de Santé** a été signé le 17 septembre à Castelnau en présence de nombreux élus. L'AAPAM fait partie des 22 signataires pour 2024-2029. Le CLS permet de mettre en lien les objectifs du Projet Régional de Santé Nouvelle-Aquitaine 2018-2028 et les initiatives du territoire médocain en matière de santé, ainsi que les aspirations des collectivités territoriales.

Le **dispositif d'appui à la mobilité** expérimental initié en 2022 par le Département de la Gironde se poursuit. Nous avons reçu la 3ème flotte de 52 véhicules de fonction à destination des intervenants de terrain le 22 novembre dernier !



# Journée de l'habitat Séniors en Médoc ...



Gironde



Le 14 novembre dernier, la salle des fêtes de Pauillac a accueilli la **Journée de l'Habitat Séniors en Médoc**, un événement clé pour promouvoir l'autonomie des personnes âgées. Organisé dans le cadre du Contrat Local de Santé (CLS) par le DAC 33, l'AAPAM, le département de la Gironde, le Parc Naturel Régional (PNR) et financé par la MSA, cet événement a rassemblé de nombreux participants de 9h à 17h.

Journée de l'habitat

Séniors en Médoc



La journée a débuté avec un discours de **Bernard Guiraud**, maire de Lesparre et Président de l'AAPAM, suivi d'une intervention de **Jean-Luc Charlot**, sociologue, sur la notion d'habiter. L'après-midi a été introduite par **Stéphane LEBOT**, Conseiller Départemental de la Gironde et par **Florent Fatin**, Maire de Pauillac, et un café-échange modéré par **Maël Gauneau**, abordant les alternatives d'habitat entre l'institution d'hébergement et le domicile.

Les stands étaient organisés en cinq pôles thématiques :

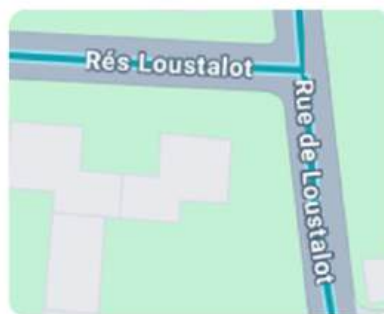
1. **Accès aux Droits** : Informations sur les droits et aides disponibles.
2. **Qualité de Vie** : Solutions pour améliorer le quotidien à domicile.
3. **Prévention Santé/Autonomie** : Actions de prévention et ateliers collectifs.
4. **Aide et Soins à Domicile** : Services d'aide et de soins pour le maintien à domicile.
5. **Différents Types d'Habitat** : Options d'habitat adaptées aux besoins des séniors.



Cette journée a permis d'informer et d'échanger sur des solutions concrètes pour aider les personnes âgées à vieillir en autonomie. Les retours des participants soulignent l'importance de telles initiatives pour renforcer le lien social et favoriser l'autonomie des séniors dans notre territoire.

## Les mots d'ici

L'ostau / la maison



En occitan, la maison se dit **l'ostau** et se prononce [l'oustaw].

On retrouve sa trace dans des noms de lieux ou de famille avec différentes orthographe : loustau, l'ousteau, l'houstau, ...

Quelques fois, on lui a également ajouté un complément : **l'ostau nèu** / lousteauneuf, **lousteauneou** (la maison neuve), **l'ostau vielh** / loustauou vieil (la vieille maison ou la maison isolée), **l'ostalòt** / loustalot (la petite maison), ...



Ouvrez les yeux du côté de : Saint-Laurent, Vensac, Jau-Dignac-et-Loirac, Valeyrac, Saint-Seurin-de-Cadourne, Moulis, ... peut-être que vous en croirez.

# Recette : Crumble des vendanges

## Astuces...



### Ingrédients pour 4 personnes

- ❖ 100 g de farine
- ❖ 60 g de sucre
- ❖ 60 g de beurre
- ❖ 30 g de poudre d'amandes
- ❖ 500 g de pommes du Canada
- ❖ 1/2 cc de levure boulangère
- ❖ 350 g de raisins
- ❖ 1 cs de miel

Temps de préparation : **15 minutes**

Temps de cuisson : **25 minutes**



### Préparation :

Mélanger la farine, la poudre d'amandes, la levure et le sucre.  
Ajouter le beurre coupé en petits morceaux et mélanger.  
Travailler la pâte du bout des doigts pour obtenir une texture sablée.

Laver le raisin et couper chaque grain en 2.  
Faire revenir le raisin quelques minutes dans une poêle avec une noisette de beurre et le miel.

Disposer le raisin dans le fond d'un plat allant au four, émietter la pâte au-dessus des raisins jusqu'à les couvrir presque complètement.

Enfourner 25 min à 210°C.

Servir de préférence tiède, avec une boule de glace à la vanille pour plus de gourmandise.

Utilisez l'eau de cuisson des pâtes ou des pommes de terre pour arroser vos plantes d'intérieur.  
Il suffit d'attendre que l'eau refroidisse. Vos plantes vont adorer car l'eau de cuisson contient des nutriments bénéfiques à leur santé.



## REMUE-MÉNINGES

N'oubliez pas de chercher Violette.... !



Ayez l'œil !



Elle s'est de nouveau fauillée dans un des articles de ce journal... Serez-vous la retrouver ?

Réponse : page 4, elle participe à la séance de sophrologie



### Où nous trouver ? :

Le siège de l'association se situe à **Blaignan-Prignac**, à 6 km de Lesparre.

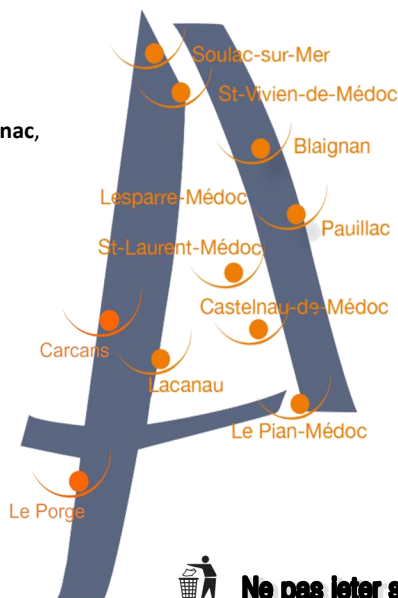
Les bureaux sont ouverts :

**Du lundi au jeudi** de 8h00 à 17h30  
**Le vendredi** de 8h00 à 16h30

En dehors de ces plages horaires, vous pouvez laisser votre message sur un répondeur.

**Téléphone : 05 56 73 19 50**  
**www.aapam-medoc.fr**

AAPAM @aapam33



### En cas d'urgences...

Samu <b>15</b>	Pompiers <b>18</b>
Appels d'urgence <b>112</b>	Centre antipoison <b>05.56.96.40.80</b>

Publication : Florence BOCQUET

Rédaction :

Emilie CLAVERIE, Nolwenn ETIENNE, Fanny FERNANDEZ, Victoria GOMES PEREIRA, Marie-Ange MULPY

Tirage en 3500 exemplaires



**Ne pas jeter sur la voie publique**