



JUIN 2019

Bonjour à toutes et tous,

C'est l'été !!! heureux de profiter des beaux et longs jours et des vacances ce temps où chacun s'évade.

Pour plusieurs, c'est un peu plus de solitude. Nous vous proposons des moments de convivialité, au cours de ces mois d'été.

Parlez en autour de vous amenez vos amis. Nous accueillons tout le monde.

Bon été aux familles qui vont se retrouver.

Le rôle de l'association c'est toujours d'aider , informer, écouter.

Nous comptons sur vous pour nous aider à remplir cette tâche.

Le Bureau

Galette le 3 février 2019

Lors de cette traditionnelle journée nous avons pu apprécier le professionnalisme des 2 intervenantes sur les sujets suivants :

- **la complémentaire santé** : bien comprendre ses remboursements, connaître les bases de remboursement, son régime obligatoire et l'importance du parcours santé, offre disponible des mutuelles communales.

- **la dépendance** : quand devient- on dépendant ? Son coût, les solutions, l'aide aux aidants, les différentes aides au financement, les prestations des assurances avec option remboursement des cotisations, proposée par certaines mutuelles.

- **la succession** : barèmes et frais de notaire, pension de réversion, comment transmettre sans payer trop de frais?

- **gestion de patrimoine** : impôts, transmettre son patrimoine, donation, testament.

Pour terminer le jeu des questions/réponses.

La journée s'est poursuivie avec le repas pour 124 convives et pour clôturer « la tombola gratuite » puis enfin chacun est reparti avec un petit lot.

Première sortie printanière

21 mars le golf du Morbihan

45 personnes ont répondu à cette offre tentante. Nous sommes partis de Machecoul ... 7h30 avec une envie de beau temps et de paysages marins. Route directe vers Vannes avec promesse de soleil, après quelques kilomètres nous nous arrêtons ... à La Biscuiterie de la Presqu'île à Sarzeau ou notre guide nous rejoint. Notre visite commentée commence, nous entrons dans le golf du Morbihan (petite mer avec ses 42 îles) la presqu'île de Rhuys, vue extérieure du Château de Suscinio et son entrée, Brillac, Arzon nous apercevons la thalasso (imposant bâtiment en forme de bateau), Port Navalo, etc... une atmosphère bien particulière pour ces paysages. Le soleil nous a quitté, et un ciel breton nous accompagne; pas désagréable du tout. Les explications de la guide sont très intéressantes et nous arrivons ainsi à l'embarcadère de Port Anna où nous prenons place pour une traversée d'environ 20 minutes, un bon bol d'air assuré pour ceux qui étaient dehors, arrivée à la pointe de Bilhervé. Le restaurant nous accueille et un bon repas nous est servi dans une ambiance festive. Nous reprenons le bateau et notre car et continuons le tour du golf. Revenu vers Vannes une pause gourmande et (marchande) nous attend ...à Sarzeau à la biscuiterie, démonstration de la fabrication du fameux kouign-amann avec abondance de beurre et de sucre, puis bien sûr nous goûtons!! un tour dans le magasin histoire de rapporter quelques délices et retour dans le car sans la guide. Soleil à nouveau pour le reste de la route et bonne ambiance toujours. Chacune, chacun rentre dans ses foyers heureux de cette très bonne journée.

FOCUS sur notre Assemblée générale le 7 Avril, 2019 – à ST ETIENNE DE MER MORTE
82 membres étaient présents

10h 30 ouverture de la séance

Présents : Monsieur GILET Maire de St Etienne de Mer Morte
Madame JOLLY affaires sociales Machecoul
Madame GOURAUD la Chevrolière

Excusés : Monsieur Yannick HAURY député de Loire-Atlantique, Yohann Boblin maire de la Chevrolière, Hervé De Villepin Maire de St Même le Tenu

ASSEMBLEE GENERALE

Lucienne GUILBAUD demande que l'on se souvienne des adhérentes disparues au cours de l'année 2018

Lecture du P.V. Du 15 Avril 2018 par Maryvonne PAVY – **Adopté à l'unanimité.**

BILAN FINANCIER :
présenté par Marie-Claire RENAUDINEAU fait ressortir un solde positif. **Adopté à l'unanimité**

Vote de la Cotisation à main levée, nous restons à 22euros **Adopté à l'unanimité**

ELECTIONS : Inscrits 81 votants pouvoirs, 26

RAPPORT D'ORIENTATION - Quatre ans d'existence, le veuvage étant mieux pris en compte par la collectivité, l'association est ouverte à toutes les personnes ayant été confrontées à une rupture(deuil, séparation) hommes ou femmes.

Il est publié **2 lettres infos** par an édité en **180 exemplaires** et distribuées par les responsables des communes.

16 Juin 2019 – sortie Côte d'Amour

14 Juillet 2019 – 12h 30 déjeuner "Com à la Maison", visite de la maison du pêcheur à Passay.

6 Octobre 2019 – Information par Madame Flore LECHENAULT Psychologue Hypnothérapeute.

Adopté à l'unanimité

Prise de paroles de Mesdames :

Marie-Thérèse JOLLY – Marie-France GOURAUD

Monsieur Jean GILET intervient pour sa commune – St Etienne de Mer Morte et présente Monsieur Maurice BARIL historien, qui avec carte à l'appui nous fait l'historique du Pays de Retz.

12H 30 clôture de l'A.G.

Notre journée se poursuit avec la partie conviviale repas servi par « Proxi » traiteur à Paulx et animé par le groupe « Jeenson Show »

Lors du conseil d'administration suivant il a été procédé à l'élection du BUREAU :

Présidente : Lucienne GUILBAUD Vice présidente Roselyne GUIHAL Secrétaire Maryvonne PAVY, Trésorière: Marie-Claire RENAUDINEAU

et autres membres actifs, Mie Thérèse Pogu, Claudine Chanson, Mie Claire Pelletier, Mie Jo Dupont, Mie Jo Piraud, Jeanne Ridel, Claude Dugué, Caty Jannez, Mie Jeanne Talbot.

Nouveaux membres : Jeanine Chouin, Roselyne Gilet.



Informatique

Découverte et apprentissage informatique, les cours ont débutés le 16 Avril 2019 à St Même le Tenu, 5 personnes qui suivent régulièrement chaque mardi jusque fin juin. D'autres sessions peuvent être proposées à la rentrée aux personnes intéressées.

S'inscrire au 02 40 78 53 89

Suite à la cessation d'activité du restaurant le « Cheval blanc », ce que nous regrettons vivement. Pour nos prochains points dimanche les 15 septembre, 20 octobre, 17 novembre, 8 décembre, le restaurant « La Croix Verte » 77, rue Ste Croix à Machecoul pourra nous accueillir. Le repas seul est autour de 12 €. **Dans tous les cas s'inscrire une semaine avant la date prévue.**

Dès à présent retenez la date du 6 octobre 2019 pour notre réunion d'information qui aura lieu de nouveau à St Etienne de Mer Morte à partir de 10 h. conférence et discussion avec *Madame Flore Léchenaud* sur les sujets suivants « *Bien vieillir, communication* » puis nous partagerons un repas qui se poursuivra l'après midi avec des jeux de société si vous le désirez. (apportez vos jeux)

La vie dans les 2 autres associations de Nantes et St Sébastien

Nous avons assisté à l'assemblée générale de Nantes Erdre Loire le 25 avril et à St Sébastien le 12 mai.

Pour St Sébastien les dates à retenir : buffet les 6 octobre 2019 et 5 avril 2020, Galette le 12 janvier 2020.

Informations sociales : Un flyer concernant la prévention a été créé par Annick Ouisse et édité en grand nombre. Ces flyers seront diffusés dans nos communes car ces conseils concernent tout le monde.

Histoires pour sourire



Au feu, l'inspecteur d'auto école s'adresse au candidat :

- C'est vert.

Aucune réaction. Il insiste :

- Ben alors c'est vert !

Après réflexion, le candidat répond enfin :

- Je sais pas, moi, une grenouille ?

L' AMITIE

Qu'est ce que c'est

L'amitié c'est toi, c'est moi, c'est elle, c'est lui

L' amitié, eh bien oui, l'amitié c'est la vie.

L' amitié c'est un clin d'œil

Une poignée de main, c'est le ton que l'on donne à un « au revoir »

L'amitié c'est parfois une carte avec « Bon Souvenir »

Et que sans douter éclaircit l'avenir

C'est lorsqu'on est tout seul par le sort accablé

De venir en voisin pour passer la soirée

D'avoir au téléphone une voix connue oubliée

D'où ? de Qui ? que nous importe

Pourvu que son appel, nous reconforte

C'est une parole, un mot, une présence

L' amitié c'est un trésor que l'on doit partager

Même si parfois l'on est pas remercié

C'est une lumière qui réchauffe le cœur,

Quand elle entre chez vous.

C'est déjà le bonheur

Si vous rencontrez une personne désespérée,

Offrez lui gentiment votre sourire , votre amitié

Car personne n'est assez riche, pour pouvoir s'en passer

Et personne n'est assez pauvre

Pour ne pas le mériter

L' amitié ne peut, ni s'acheter, ni se prêter, ni se voler ; Elle ne peut être que totalement et spontanément donnée.

Oh ! combien je plains, ceux qui n'ont pas d'amis.

Un moine d'Orient fit un jour une homélie sur la Création...L'homélie, plutôt longue, finit sur ces paroles : « Chaque brin d'herbe est une homélie pour ceux qui savent comprendre »

Quelques jours plus tard, un autre frère passa près de la cellule du moine et vit qu'il était en train de couper l'herbe qui devait pousser tout autour : Je vois avec plaisir, frère, que tu es en train de raccourcir tes homélies !... »

L'Aide Personnalisée à l'Autonomie (APA), c'est quoi, pour qui ?

L'APA, certains ne connaissent pas, certains

croient connaître mais en ont de fausses idées et ne la demandent pas alors qu'ils pourraient en bénéficier. Voici quelques renseignements qui peuvent être utiles, pour vos parents, vos proches et vous peut être.

L'APA, est une aide financière accordée et payée par le département à toute personne de plus de 60ans, résidant en France de manière stable et subissant une perte d'autonomie.

Il n'y a pas de conditions de revenu pour bénéficier de **L'APA**. Son versement n'est pas récupérable sur la succession, et le dossier est très simple à remplir. Son montant et le mode calcul différent selon que vous soyez à domicile (1) ou en établissement (2)

La Perte d'autonomie est mesurée par votre médecin par un questionnaire (la grille AGIRR) qui recense vos capacités à assurer les gestes de la vie quotidienne. Le résultat vous place dans un « classement » d'autonomie (**le GIR**) : numéroté 1 (très dépendant) à 6 (très autonome). **L'APA** n'est accordée qu'aux personnes classée de **GIR 4 à GIR 1**. C'est-à-dire de la dépendance débutante ou moyenne, à la plus grande.

1- L'APA à domicile

Le dossier : vous pouvez retirer le dossier auprès du conseil départemental, du **CCAS** de votre commune, des points d'information des

personnes âgées (**CLIC**), des services d'aide à domicile, des organismes de sécurité sociale, des mutuelles. Une fois rempli, votre dossier de demande est à envoyer au département. Suite à indique les aides proposées, le montant total de ces aides, la participation financière restant à votre charge s'il y en a une

L'APA vous aide à payer les dépenses engendrées par votre perte d'autonomie :

- Prestations d'aide à domicile
 - Matériel
- Fournitures d'hygiène
 - Aménagement du logement
- Accueil temporaire
 - Dépense de transport

Le montant de l'aide : il est calculé en fonction de vos revenus et du coût des aides prévues

En deçà de 802.93 euros de revenu mensuel aide totale, au-delà, une participation financière, selon le montant du plan d'aide proposé vous sera demandée.

Le bénéficiaires de **l'APA** à domicile peuvent employer directement une aide à domicile (emploi direct) ou faire appel à un service d'aide à domicile de leur choix.

Le montant de l'aide peut être versé directement à vous, ou aux services d'aide à domicile qui sont inscrits sur le plan d'aide, ou sous forme de chèque emploi service.

2- L'APA en établissement :

Les établissements hébergeant des personnes âgées dépendantes (**EHPAD**) n'accueillent que des personnes **en GIR 1 à 4 de plus de 60 ans** sauf exception **l'APA** est versé directement à l'établissement.

La dépendance coûte de plus en plus cher aux départements qui sont de plus en plus en difficulté sur ce sujet (et bien d'autres d'ailleurs). Une grande réforme de la tarification de cette prestation d'Aide Personnalisée à l'Autonomie est à prévoir dans les mois ou les années proches à venir. Les choses vont donc sans doute évoluer. Espérons que cela ne soit pas en défaveur des bénéficiaires.

Document élaboré par Mr Alain COTTAIS de l'association Nantes Erdre Loire

Sortie côte d'Amour du 16 juin

Tout le monde est présent, il fait un peu brumeux, la journée sera belle.

cet envoi, des professionnels du département effectueront une visite à votre domicile pour déterminer vos besoins avec vous. Vous recevrez ensuite une proposition de plan d'aide qui Pont de St Nazaire on peu s'émerveiller devant ces immenses paquebots en chantier » on dirait des immeubles » Et voici que nous arrivons à Pornichet, petite halte le temps de se dégourdir les jambes en traversant le marché couvert et en empruntant les petites rues de la de respirer et de rejoindre la plage pour une bouffée d'air marin.

Un petit trajet et nous suivons le remblai de La Baule, c'est une des plus *belles baies du monde* : un long ruban de sable de 9 kms qui incite à la promenade. Cette cité qui à l'année compte 17000 habitants et passe à la saison estivale à 170000 habitants (10 fois plus)

Nous stationnons devant le Casino du Groupe Barrière, puis les 2 guides qui nous invitent à déambuler dans les calmes avenues entre les villas bauloises de différents styles et occupées principalement par des notables, les hôtels de luxe tel « Le Royal » « Le Castel Marie Louise » et d'autres demeures au charme suranné, protégées du front de mer par ces immeubles modernes (dommage) qui bordent le remblai, principalement érigés depuis la généralisation des congés payés.

Peut être le petit déjeuner est déjà loin, 13 h voici le Croisic et le restaurant ou nous allons recharger les batteries. Après cette pause réparatrice, départ vers l'Océarium du Croisic

Impressionnant !!! avec un nombre incalculable de poissons de toutes formes et couleurs, coraux, requins, raies, poulpes...

Repas des manchots commenté par des guides passionnés avec beaucoup d'humour qui nous font découvrir ce monde marin si mystérieux.

Et voilà, nous allons revenir au Pays de Retz ravis de cette belle journée, prêts pour une autre en 2020