

# Jeanne, Louis et vous

LE MAGAZINE DU RÉSEAU APA



## DOSSIER Je perds mon autonomie, ma maison s'adapte

**SORTIR, SE DIVERTIR**  
Vacances et handicap :  
tout pour en profiter !

PAGE 10

**LE RÉSEAU S'ENGAGE POUR VOUS**  
Facilien : le web 2.0  
à portée de tous

PAGE 12

**EN SAVOIR PLUS...**  
Repas suspendus : un geste  
solidaire pour lutter contre  
l'isolement des personnes âgées

PAGE 13



## Loi sur l'autonomie : vigilance !

Le Réseau APA exerce une vigilance quotidienne sur ce projet de loi enfin mis en route début 2014 après moults effets d'annonce et qui, suite aux Municipales, s'est trouvé freiné dans sa marche.

Le gouvernement assure que le texte, qui doit améliorer la prise en charge à domicile des personnes âgées, sera examiné avant l'été. Mais cette loi, réclamée aujourd'hui à Laurence Rossignol par tous les acteurs concernés, risque encore de prendre du retard. Elle vient en effet télescoper un agenda parlementaire chargé... et on parle déjà de la fin 2014.

Avec ces délais, l'inquiétude grandit, alors que les situations quotidiennes, que nous vivons, montrent l'urgence qu'il y a à avancer sur cet enjeu de société qui nous concerne tous.

## S'Gsètz ewer Salbschtverwaltung : achtung !

D'r Entwurf vu dam Gsètz, wu àfàng 2014 andlig entstànda esch, wurd vu d'r APA met viel Uffmerksamkeiit verfolgt.

D'Regierung versechert, däss da Text à besseri Betreuung vu da Seniors wu d'heim wohna garàntiera soll, un ar soll so schnell wie mejlig geprüft wara.

Leider esch's noch net so wit, s'schient àss vor and 2014 keh Entschluss g'fàsst wurd.

Die Verzögerung màcht uns Angscht ; met da hettiga Verhältnissa esch's dringend notwandig däss das Gsètz schnell geprüft wurd ; es soll fer uns àlli a wechtiga Entschluss seh.

**Jean-Marie Meyer**

*Président du Réseau APA*

## Sommaire

### ÊTRE AIDÉ À DOMICILE

3 Un passage attendu

### PORTRAIT

4 Pierre Monin, 25 ans de métier au sein du Réseau APA

### DOSSIER

5 Je perds mon autonomie, ma maison s'adapte

### PRENDRE SOIN DE VOUS ET DE VOS PROCHES

8 Plan Canicule : l'été est là !

9 L'hébergement temporaire : une nouvelle alternative pour soulager les aidants familiaux

### SORTIR, SE DIVERTIR

10 Vacances et handicap : tout pour en profiter !

### LE RÉSEAU S'ENGAGE POUR VOUS

12 Facilien : le web 2.0 à portée de tous

### EN SAVOIR PLUS...

13 Les repas suspendus : un geste solidaire pour lutter contre l'isolement des personnes âgées

### ACTUS ET INFOS PRATIQUES

14 Actus et infos pratiques

Directeur de publication : P. Tassetti • Rédacteurs : A. Bingler, B. Fauroux, C. Schaffner, E. Waechter • Conception Graphique : GIE APA Compétences / Kiméas / BR Conseil • Crédit Photos : GIE APA Compétences / Shutterstock • Impression : Schraag Industries Graphiques • Tirage à 20 000 exemplaires • Réseau APA : APALIB, APAMAD, Fami Emploi 68, DSHA, ASHPA • 75 allée Gluck - BP 2147 - 68060 MULHOUSE Cedex • Tél. : 03 89 32 78 78 - Fax : 03 89 43 50 17 • www.reseau-apa.fr

## Un passage attendu

Ginette Foehrlé, 67 ans, reçoit l'aide de Christine Wisslé, aide à domicile à l'antenne APAMAD de Saint-Louis. Rencontre avec elles lors d'une intervention.

Des rires et de la bonne humeur, voilà ce qu'on découvre en arrivant chez Ginette. « Christine vient de retrouver quelque chose que j'avais complètement oublié en nettoyant le dessus d'une armoire ! », s'exclame-t-elle en ouvrant la porte. Christine Wisslé intervient chez cette cliente pour de l'aide au ménage. « Je ne peux plus faire de mouvements avec mon bras parce que j'ai une rupture du tendon à l'épaule », explique Ginette. Elle a donc cherché à avoir une aide chez elle, et a pris contact avec APAMAD. « Au début, j'avais un peu peur, parce que ce n'est pas évident de faire rentrer quelqu'un chez soi. Mais maintenant que l'on se connaît, qu'est-ce qu'on rigole ! » Christine intervient chez Ginette à raison d'une matinée tous les quinze jours. « Souvent le week-end, je me réjouis d'être au lundi pour la voir ! Et puis, elle fait la poussière, les fenêtres, le sol, tout ce que j'ai du mal à faire à cause



de mon épaule. Ça me soulage vraiment qu'elle puisse prendre mon relais deux fois par mois », raconte Ginette. Robert, son mari, est content lui aussi, « mais quand elle est là, je m'éclipse pour ne pas la déranger », confie-t-il. « Allez hop, ce n'est pas tout mais je dois m'y remettre », s'exclame Christine. La poussière, elle ne s'enlève pas toute seule ! » Sourire de la part de Ginette qui elle, continue de préparer le repas de midi.

Fin de l'intervention pour Christine. Ginette lui a réservé une petite surprise. « Tenez Christine, c'est pour vous remercier de l'aide que vous m'apportez ! » Elle lui tend un ballotin de chocolats. Christine, toute gênée, lui fait une bise pour la remercier. « Je ne m'attendais pas à ça ! Je fais mon travail, tout simplement, mais une attention de ce genre fait toujours plaisir », dit-elle.

### ZOOM

APAMAD (Association Pour l'Accompagnement et le Maintien A Domicile) s'adresse spécifiquement aux personnes fragilisées par l'âge, la maladie, la dépendance ou le handicap, dans le but de favoriser le maintien à domicile dans les meilleures conditions. Des aides financières sont possibles (de la caisse de retraite, du Conseil Général...). Ses services sont : l'aide à domicile (ménage, repassage, vitres...), l'aide à la personne (aide au lever, au coucher, à la toilette...), l'accompagnement dans les déplacements (médecin, coiffeur...) ou aux courses, les soins infirmiers à domicile sur Mulhouse et le Bassin Potassique, des accueils de jour (pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'un trouble apparenté) et la protection juridique des majeurs.

Contact : Réseau APA - 03 89 32 78 78.





## Pierre Monin, 25 ans de métier au sein du Réseau APA

Pierre Monin travaille depuis 25 ans au sein du Réseau APA. D'abord embauché pour l'entretien dans les résidences-services seniors, il obtient un CDI en 1991 en tant que porteur de repas. Rencontre avec un homme dont la passion est son métier. Un métier qui représente bien plus que la "simple" livraison de repas.

« Je travaille pour le Réseau APA depuis 1989 ! », s'exclame Pierre Monin. Le métier de porteur de repas, il a toujours voulu le faire. Il a d'ailleurs postulé pour cela. « J'aime rouler, et j'aime l'indépendance et les contacts qu'offre ce métier. » Pierre s'occupe de livrer les repas pour l'une des tournées de Mulhouse, soit environ 30 personnes tous les matins de 7h30 à 12h. « J'en ai connu des gens en 25 ans ! J'en ai même vu mourir, mais ça fait malheureusement partie de ce travail. »

### Plus de 500 000 km tout au long de l'année !

500 000, c'est le nombre de kilomètres parcourus chaque année par les porteurs de repas d'APAMAD, ce qui équivaut à faire plus de 12 fois le tour de la Terre ! Etre porteur de repas est également un métier physique, puisqu'il faut

sans arrêt charger et décharger le véhicule, monter et descendre des escaliers et, en hiver, il faut faire face au froid ou au verglas. « Mais il y a d'autres métiers qui sont bien plus difficiles ! », s'exclame Pierre avec le sourire.

### Au-delà de la "simple" livraison de repas

Marc Nicot, responsable du service de livraison de repas et travaux à domicile déclare qu'« on ne part pas en laissant simplement un repas, mais on vérifie si une personne va bien ». « Mon passage est également un passage de sécurité, complète Pierre. Je fais un suivi constant de la personne. » Un travail qui impose des responsabilités ? « Ah ça, oui ! Le samedi par exemple, les porteurs sont seuls car les bureaux sont fermés, explique Pierre. Si je me retrouve dans une situation d'urgence avec le bénéficiaire, c'est

à moi de contacter directement sa famille ou les secours. »

Les qualités requises pour ce métier sont l'empathie, la bienséance, la mémoire, aimer conduire et être rigoureux. Mais la principale, c'est d'aimer autrui. « Si on n'aime pas les gens, on ne peut pas faire ce métier », déclare Marc Nicot. « Ce contact me fait beaucoup de bien, j'ai la sensation de servir à quelque chose, d'apporter du bien-être durant quelques minutes aux personnes âgées », complète Pierre. Par leur passage quasi quotidien, au-delà de la livraison de repas, les porteurs représentent pour les bénéficiaires, et leur famille, une présence rassurante.

Etre porteur de repas signifie donc bien plus : un passage au domicile de personnes souvent seules, parfois l'unique passage de la journée, qui permet de maintenir une petite partie de ce lien social si important.

Les repas sont livrés tous les jours, dans tout le Haut-Rhin, en ville comme dans les vallées reculées, par une équipe de 50 salariés d'APAMAD. L'avantage : le prix, calculé en fonction des revenus. Autre avantage : le repas peut être adapté aux différents régimes alimentaires (sans sel, pour les diabétiques, mixé, halal), et il existe toujours des menus de remplacement si celui du jour ne convient pas.





# Je perds mon autonomie, ma maison s'adapte

Lorsque l'on envisage d'aménager sa maison ou son appartement afin de limiter les risques dûs à l'avancée en âge ou pour compenser un handicap, il n'est pas nécessaire de tout raser pour tout reconstruire. Des conseils, l'utilisation d'aides techniques, et éventuellement quelques travaux, peuvent suffire à rendre son domicile plus sûr et fonctionnel.



Avec un peu de sens pratique, et parfois le goût du bricolage, il peut être facile de procéder soi-même à quelques menus aménagements : retirer un tapis ou le fixer solidement avec de l'adhésif double face, dégager les espaces de circulation (couloirs, paliers...) de tout objet encombrant, fixer les câbles au mur ou dans des range-fils, mettre des adhésifs antidérapants dans la douche, installer une barre d'appui...

Mais parfois, les changements à apporter sont plus importants : suppression de marches, élargissement de portes, installation d'un monte-escalier, remplacement des équipements sanitaires... Organiser

une visite du domicile avec un ergothérapeute devient alors une nécessité.

## Un plan d'aide individualisé par un ergothérapeute

L'ergothérapeute examine, quels que soient l'âge et le type de handicap, les conséquences physiques, psychiques, mentales et cognitives d'un accident, d'une maladie ou de l'avancée en âge. Son objectif est de permettre le déroulement des activités quotidiennes de manière sécurisée, autonome et efficace, et de prévenir, réduire ou supprimer les situations de handicap en tenant

## Le Réseau APA participe à une expérimentation dans l'aménagement du logement : visite à domicile, conseil, évaluation, accompagnement dans les démarches

Aujourd'hui, très peu de logements sont adaptés à la perte d'autonomie, pourtant la grande majorité des français souhaiteraient vivre à leur domicile le plus longtemps possible.

Afin d'accompagner les personnes âgées et seniors dans leur projet de vie et de maintien à domicile, le Réseau APA, soutenu par Réunica et des partenaires locaux, participe à une expérimentation sur la région de Colmar avant un déploiement sur le département.

Cette nouvelle équipe composée d'ergothérapeutes, d'assistants de service social et d'un maître d'œuvre se déplacera à domicile pour conseiller et accompagner si besoin les personnes dans les démarches d'aménagement de leur logement.

Renseignements : 03 89 32 78 78

compte des habitudes de vie et de l'environnement de la personne.

Les ergothérapeutes exercent le plus souvent en établissements



(centres hospitaliers, centres de rééducation...) où, à travers la mise en place d'exercices physiques, d'équilibre et de concentration, ils organisent une thérapie visant à améliorer les capacités d'agir de la personne. Certains d'entre eux travaillent en libéral ou sont rattachés à des structures médico-sociales (MDPH, fédérations AGIRC-ARRCO...), et interviennent alors auprès des particuliers afin de définir un véritable plan d'aide individualisé pour l'adaptation de leur logement.

La question de l'adaptation de l'habitat n'est pas qu'une question purement technique. L'ergothérapeute, par sa formation, porte un regard d'expert sur l'accessibilité et les fonctionnalités de l'habitation par rapport à l'état de dépendance et d'autonomie de la personne qui y réside. Son intervention au domicile permet, le temps d'une visite, de croiser les habitudes de vie, les capacités



fonctionnelles et les fragilités, les souhaits et attentes de la personne, ainsi que l'environnement social et architectural dans lequel elle évolue.

## ENTRETIEN AVEC UN ERGOTHÉRAPEUTE



« La visite à domicile n'est pas anodine car toute une vie est en jeu. Les interventions doivent être faites

dans le respect. Nous ne sommes pas seulement sur le champ technique, mais devons également être à l'écoute de la personne », indique Thierry Bouchereau, ergothérapeute.

Si le professionnel travaille aujourd'hui pour l'hôpital de jour gériatrique de Sélestat et le SSR (Soins de Suite et Réadaptation fonctionnelle) d'Obernai, il a précédemment fait des visites à domicile pendant 10 ans. Pour lui, il est important de prendre en compte les habitudes de fonctionnement des personnes. « Il faut faire attention à ne pas révolutionner le logement. Certaines choses peuvent rester en place car la "bonne" habitude est ancrée », explique-t-il. « Si une

personne, qui a tendance à avoir quelques oublis, vous affirme que jamais elle n'a oublié d'éteindre le gaz, et que cela ne risquera pas d'arriver car elle y fait grandement attention depuis toujours, alors il n'est pas nécessaire de changer son système d'alimentation. »

Réaliser les aménagements nécessaires peut représenter un coût non négligeable pour certains. C'est encore trop peu connu, mais il existe de nombreuses aides financières. D'ailleurs, Thierry Bouchereau en profite pour nous préciser « qu'il est obligatoire de faire appel à un ergothérapeute pour certains dossiers de demande de financement ».

# Tour d'horizon des aides existantes pour adapter son logement

## 1. Conseil Général départemental

### A.P.A (Allocation Personnalisée d'Autonomie)

Elle est attribuée aux personnes âgées dépendantes de plus de 60 ans (classées dans les catégories 1 à 4 de la grille AGGIR). Sous certaines conditions, l'A.P.A peut prendre en charge une partie des coûts d'aménagement du logement. L'aide attribuée est calculée en fonction des revenus de la personne.

### P.C.H (Prestation de Compensation du Handicap)

Elle est attribuée aux personnes en situation de handicap de moins de 60 ans. La personne doit présenter une difficulté absolue ou deux difficultés graves dans la réalisation des actes de la vie quotidienne : mobilité, communication... L'aide est accordée pour une période de 10 ans avec un plafond de prestations de 10.000€.

### Fonds départemental de compensation

L'attribution du fonds de compensation du handicap est dirigée par un comité de gestion composé des principaux financeurs : le Conseil Général, la CAF, la CPAM et la MSA (Mutualité Sociale Agricole). Il s'agit d'une aide financière ponctuelle pour le restant des frais non pris en charge (dans le cas où ceux-ci excèdent 10% des ressources nettes d'impôts) après avoir fait valoir l'ensemble des droits.

## 2. Sécurité sociale et caisses de retraite

### CNAV (Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse)

La CNAV propose une aide visant à favoriser le bien-être de la personne âgée à domicile. Cette aide, le PAP (Plan d'Actions Personnalisé), comprend plusieurs prestations liées au maintien à domicile, dont une aide à l'aménagement du logement. Le bénéficiaire doit être titulaire d'une retraite de régime général à titre principal et être âgé d'au moins 55 ans. La demande se fait auprès de la CARSAT (Caisse

d'Assurance Retraite et Santé Au Travail) du lieu de domicile, qui effectuera une évaluation des besoins au domicile de la personne.

### RSI (Régime Social des Indépendants)

Le RSI accorde également une aide à l'adaptation du logement. Pour connaître les conditions d'attribution de cette aide, il convient de s'adresser à la branche régionale.

### Caisses de retraite complémentaires AGIRC-ARRCO et organismes de prévoyance

Des caisses de retraite et assurances prévoyance peuvent aussi aider à financer certains travaux d'aménagement sous la forme de subventions ou de prêts à caractère social. Ces aides sont attribuées sous condition de ressources et dans la limite d'enveloppes financières.

## 3. Associations et organismes nationaux

### ANAH (Agence Nationale pour l'Amélioration de l'Habitat)

Les personnes propriétaires de leur logement et qui y résident (propriétaires occupants) ou qui le louent (propriétaires bailleurs) peuvent bénéficier de subventions de l'ANAH pour des travaux d'amélioration (sécurité, salubrité, confort énergétique, autonomie de la personne). Pour les propriétaires occupants, les subventions varient de 35 à 50% selon les revenus, avec un plafond de 20.000€. Pour les propriétaires bailleurs, les subventions vont de 25 à 35%, avec un plafond de travaux à 40.000€.

### ALGI (Association pour le Logement des Grands Infirmes)

Les personnes handicapées ou âgées, locataires ou propriétaires, qui ont besoin de réaliser des travaux d'adaptation peuvent obtenir un prêt (au taux maximum de 1% hors frais de dossier) ou une subvention. Le montant de ce prêt ou de cette subvention est de 9.600€ dans la limite de 50% du coût des travaux. En cas de travaux

spécifiques de logements pour personnes handicapées motrices, ce prêt peut être abondé de 16.000€ supplémentaires, toujours dans la limite de 50% du coût des travaux.

### PACT-ARIM

Le PACT-ARIM propose des conseils techniques et aide la personne à procéder aux démarches permettant d'élaborer un plan de financement en fonction de sa situation personnelle.

## 4. Aides fiscales

### TVA à 5,5%

Les travaux d'amélioration, de transformation, d'aménagement ou d'entretien, réalisés sur des logements achevés depuis au moins deux ans, sont soumis au taux de TVA réduite.

### Crédit d'impôt

Un crédit d'impôt est accordé pour les dépenses d'installation et de remplacement des équipements spécialement conçus pour les personnes âgées ou en situation de handicap. Il s'applique aux propriétaires comme aux locataires, que le logement soit neuf ou ancien. Pour bénéficier du crédit d'impôt, les équipements doivent être installés par un professionnel. La facture délivrée par l'entreprise servira de justificatif. Son taux est égal à 25% des dépenses effectuées, dans la limite d'un plafond de 5.000€ pour une personne seule et 10.000€ pour un couple. Ce plafond s'applique sur une période de cinq années consécutives. Si le montant du crédit d'impôt est supérieur au montant de l'impôt, la différence sera remboursée.

### Prêt pour l'amélioration de l'habitat

Certains propriétaires ou locataires qui souhaitent réaliser des travaux pour améliorer leur habitation peuvent faire une demande de prêt à la CAF. Celui-ci peut atteindre 80% des dépenses effectuées sans pouvoir excéder la somme de 1.067,14€.

# Plan Canicule : l'été est là !

Mis en place par l'Etat en 2004, le Plan Canicule est un dispositif qui permet au Réseau APA d'intervenir auprès des personnes susceptibles d'être affectées par plusieurs jours de fortes chaleurs. Activé du 1<sup>er</sup> juin au 31 août, il est relayé par le réseau avant, pendant et après cette période.



## Quatre niveaux d'alerte

« Aujourd'hui, le Plan Canicule est composé de quatre niveaux d'alerte », explique Pierre Tassetti, Directeur Général Adjoint du Réseau APA, qui pilote ce projet. Le niveau vert est un niveau de veille, qui permet de vérifier l'activité météorologique et d'anticiper un éventuel pic de chaleur. Le niveau jaune est un niveau d'avertissement, lorsqu'un pic de chaleur apparaît durant un ou deux jours, sans que les conditions météorologiques n'indiquent que ce pic va s'étendre. Le niveau orange représente l'alerte canicule : les acteurs concernés sont mobilisés et les mesures prévues sont mises en œuvre. Enfin, le niveau rouge indique l'alerte maximale. On parle de canicule avec impact sanitaire important, étendue sur une grande partie du territoire. Lorsque ce dernier est déclenché, une cellule d'appels est mise en place au sein du réseau, afin de donner les principales recommandations et de vérifier que tout va bien chez la personne. « Au total, nous devons passer 4 500 appels lorsque l'alerte canicule est déclenchée », explique Hélène Plantevin, qui épaula Pierre Tassetti sur ce dossier.

## Il faut pouvoir réagir rapidement

Le Réseau APA comptabilise 2 500 personnes fragilisées par l'âge, la maladie ou le handicap parmi ses

bénéficiaires. En outre, quelques 2 000 personnes isolées ou vivant seules sont recensées auprès des communes du département. Pour cela, deux centres d'appels sont mis en place : l'un au siège du Réseau APA, à Mulhouse (pour les appels des bénéficiaires du sud du département) et l'autre dans les locaux de Colmar (pour ceux du nord). « Pour réussir à passer l'ensemble des appels, nous comptons beaucoup sur l'aide des bénévoles, explique Hélène Plantevin. Mais la difficulté est qu'on ne sait jamais à l'avance quand sera déclenché le Plan Canicule, et nous devons réunir rapidement les appelants au moment où l'alerte est donnée. »

## Un appel à bénévolat dès le printemps

Le Réseau APA est à la recherche, chaque année dès le printemps, de personnes pouvant être disponibles entre le 1<sup>er</sup> juin et le 31 août. « Il ne faut pas avoir de qualifications particulières. Le principe, quand le Plan Canicule est déclenché, est d'appeler les personnes les plus fragiles et de vérifier que tout va bien chez elles. » Pour cela, des fiches sont préparées, afin que le bénévole sache exactement quels types de questions poser, et qui sont à remplir au fur et à mesure de sa conversation téléphonique. « Ce qui est sûr, c'est que tout cela se fait toujours dans la bonne humeur ! Et à la fin de la journée, on mesure l'importance de l'aide apportée à ces personnes,

qui bien souvent ne se rendent pas compte des conséquences d'un pic de chaleur sur leur santé », conclut Hélène Plantevin.

## Six conseils en cas de canicule

- Éviter l'exposition au soleil ;
- Aérer les pièces d'habitation, tôt le matin et le soir ;
- Refroidir la température ambiante en fermant les fenêtres côté soleil ;
- Humidifier l'atmosphère en disposant une assiette pleine d'eau par pièce ;
- Boire au moins 1,5 litre à 2 litres d'eau par jour ;
- Se refroidir dans un bain frais, sous une douche ou à l'aide de linges humides posés sur les bras et la nuque.



# L'hébergement temporaire : une nouvelle alternative pour soulager les aidants familiaux

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier, l'EHPAD (Etablissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes) de la Maison de l'Arc de Mulhouse propose une nouvelle solution d'hébergement pour les personnes dépendantes et/ou atteintes de la maladie d'Alzheimer, qui permet de soulager temporairement l'aidant familial. Retour sur ce dispositif.

« S'il m'arrive un imprévu, je sais qu'on s'occupera bien de mon mari, Edouard, avec cette nouvelle solution d'hébergement », raconte Annie, 82 ans. En effet, Edouard est atteint de la maladie d'Alzheimer depuis près de deux ans. Malgré cela, ils veulent tous deux continuer à vivre à domicile, et Annie ne ménage pas sa peine pour y arriver : elle s'occupe des courses, de l'aide au repas, gère la maladie d'Edouard, sans mettre de côté les choses qu'elle répète vingt fois parce qu'il a oublié... Annie sait bien que s'il lui arrive quelque chose, un bras cassé, une grippe, elle ne pourra plus s'occuper d'Edouard : il devra être hospitalisé, faute de réponse adaptée, alors qu'il n'en aurait pas besoin.

La Maison de l'Arc propose un nouveau dispositif qui évitera ce genre de situation : l'hébergement temporaire (HT) ou l'hébergement temporaire d'urgence (HTU). « Au total, depuis janvier 2014, nous sommes en capacité d'accueillir 10 personnes, qui sont prises en charge par une infirmière et une aide-soignante le temps de leur séjour », explique Damien Shirck, cadre de santé à la Maison de l'Arc.

## Une prise en charge pour soulager l'aidant

Le principal motif d'admission en hébergement temporaire d'urgence est donc l'hospitalisation soudaine et brutale de l'aidant, engendrant une incapacité à l'aidé de rester seul à domicile. « Il peut s'agir d'une

soudaine hospitalisation de l'aidant, ou encore d'une situation telle que le domicile ne peut être habité, comme lors d'une inondation par exemple », précise Damien Shirck.

Les motifs d'accueil en hébergement temporaire sont eux plus nombreux. « Les personnes venant dans notre unité viennent principalement lorsque l'aidant a besoin d'un répit, qu'il soit urgent ou programmé. » Mais le principe de l'hébergement temporaire est aussi de répondre à un intérêt général, celui de désengorger les services hospitaliers des personnes âgées qui occupent des lits en attendant une place en institution.

Ces deux nouveaux dispositifs proposeront donc une formule d'accueil provisoire pour Edouard lorsqu'Annie rencontrera un problème majeur : une maladie, une hospitalisation, des travaux à réaliser ou un besoin de répit.

« Et c'est bien ce qui me rassure », conclut Annie.

## Renseignements

Pour bénéficier d'un hébergement temporaire, quelque soit le type, il vous faudra contacter la Maison de l'Arc au 03 89 43 48 00 entre 8h et 18h.

Pour les urgences, vous pouvez également contacter le secrétariat le week-end aux mêmes horaires.



## Chiffres clés de la Maison de l'Arc

- 9 lits d'hébergement temporaire (HT)
- 1 lit d'hébergement temporaire d'urgence (HTU)
- La durée moyenne du séjour en hébergement temporaire est de 18 jours
- La durée moyenne du séjour en hébergement temporaire d'urgence est de 5 jours
- 1/3 des demandes d'hébergement proviennent des enfants de l'aidé
- 63% des demandes concernent des femmes



## Partir sous les meilleurs auspices

Afin d'inciter les personnes handicapées à voyager, les compagnies de transports en commun développent de plus en plus des services qui leur sont dédiés. Avec son guide "Memento du voyageur à mobilité réduite", disponible gratuitement dans toutes les grandes gares, la SNCF a développé "Accès Plus" disponible sur son site Internet Accessibilité SNCF ou par téléphone\*. Certains voyageurs ont même la possibilité de bénéficier de réductions tarifaires jusqu'à 75% (taux d'invalidité de 80% et plus) ou d'obtenir la gratuité pour l'accompagnateur si la carte d'invalidité comporte l'une des mentions suivantes: "besoin d'accompagnement", "besoin

# Vacances et handicap : tout pour en profiter !

Près de 10 millions de citoyens sont concernés par le handicap. Malgré un effort ressenti des acteurs publics et privés, préparer des vacances accessibles aux personnes à mobilité réduite n'est pas encore chose facile. Louer un logement, une place de camping, visiter des monuments, voyager dans les transports en commun... Quelles sont les bonnes questions à se poser ? Que dit la loi ? Voici quelques informations pratiques pour éviter les mauvaises surprises et profiter des vacances en toute sérénité.

d'accompagnement cécité", "tierce personne", "cécité" et/ou "étoile verte".

Pour les compagnies aériennes, il est vivement conseillé de signaler son handicap lors de la réservation du billet, le nombre de personnes à mobilité réduite étant limité dans les avions pour des raisons de sécurité. Les aéroports, quant à eux, demandent à être informés de tout handicap au plus tard 48h avant le vol. Ainsi, ils pourront prendre des dispositions pour les déplacements des voyageurs handicapés au sein des aéroports. Les Aéroports de Paris publient un "Guide d'aéroport pour le passager à mobilité réduite". Celui-ci est diffusé gratuitement. Néanmoins, ce sont, dans la plupart des cas, les règlements des compagnies aériennes qui décident. Ainsi, pour le transport de médicaments, la prise en charge d'un fauteuil roulant, les accompagnateurs, les chiens d'aveugles, il faut se renseigner au préalable auprès de la compagnie aérienne.

\*0890-640-650 (0.11€/min depuis un poste fixe)

## Hébergement : les bonnes questions

Poser les bonnes questions permet de vérifier si un aménagement temporaire peut être envisagé par la structure d'accueil (installer une rampe amovible, ôter une porte...). Voici l'essentiel des questions et points à aborder avant de louer :

### L'accès extérieur

- Y-a-t-il des places de parking réservées à proximité (GIC/GIG) ?
- Le sol est-il recouvert en dur ? Ou bien est-il en gravier, sable ou terre ?
- L'entrée dans le bâtiment est-elle de plain-pied ? Avec des marches et combien ?
- Existe-t-il une rampe ? De quel degré ? Donne-t-elle dans l'entrée ? Débouche-t-elle vers une porte fermée ou est-elle constamment ouverte ?

### L'intérieur

- Le bâtiment est-il de plain-pied ? Avec étages ? Combien ? Sont-ils desservis par un ascenseur ? D'une largeur supérieure ou égale à 80 cm ?
- Est-il possible d'accéder à tous les services (accueil, restaurant, buanderie, piscine, salles à vocations diverses...) ? Sinon, lesquels sont accessibles ?

### La salle de bain

- Dispose-t-elle d'une baignoire ou d'une douche ? Avec des barres d'appui ?
- Y a-t-il un siège de douche ? Fixe ou amovible ? Avec accoudoirs ? Avec dossier ?
- Quelle est la largeur de la salle de bain ? Comment ses différents éléments (lavabo, baignoire...) sont-ils disposés ?
- La porte s'ouvre-t-elle vers l'intérieur ou l'extérieur ?

- Le miroir est-il disposé à la fois pour les personnes de grande et petite taille ?

### Les toilettes

- La porte s'ouvre-t-elle vers l'intérieur ou l'extérieur ?
- Quelle est la hauteur de la cuvette ?
- Y a-t-il des barres d'appui ? Où ?
- Un fauteuil roulant peut-il se mettre face à la cuvette ou latéralement à celle-ci ?

### La chambre

- Quelle est la hauteur du lit (matelas compris) ?
- Y a-t-il une largeur de 0,90 m sur un des côtés du lit ?

## Les villes touristiques accessibles : les bons et les mauvais élèves

Pour la 5<sup>e</sup> année, l'APF (Association des Paralysés de France) a publié en février dernier son baromètre annuel des grandes villes les plus accessibles. Un total de 95 chefs-lieux de départements de France métropolitaine ont répondu à l'enquête se concentrant sur le handicap moteur selon trois critères de notation : un cadre de vie adapté, des équipements municipaux accessibles et une politique locale volontariste.

Grenoble	18,7
Nantes	18
Caen	17,6
Lyon	17,5
Poitiers	17,4
Belfort	17,4
Rennes	17,2
Epinal	16,9
Foix	16,8
Le Puy	16,8

En tête du top 3 : Grenoble, suivie de Nantes et Caen. En queue de peloton, on trouve Digne-les-Bains, Alençon et Chaumont.

Certaines villes ont cependant connu des évolutions significatives, comme Poitiers, Mont-de-Marsan, Dijon, Nîmes, Laval et Saint-Etienne. Parmi les points positifs, on note des progrès dans l'accessibilité des centres commerciaux, bureaux de poste, piscines et cinémas.

### Bon à savoir : le label national Tourisme et Handicap

Mis en place par le Ministère Délégué au Tourisme en 2001, le label

Tourisme et Handicap signale les structures touristiques accessibles (hébergement, établissements culturels, restaurants, ...) aux personnes handicapées. Chaque structure, qui en fait la demande, reçoit une équipe d'inspection qui audite son degré d'accessibilité et lui accorde (ou non) un label correspondant à son niveau. La structure devient ainsi repérable au moyen de quatre logos distincts qu'elle peut cumuler : mobilité réduite, handicap mental, handicap auditif et personnes malvoyantes.



### Des liens utiles

- Visiter des monuments nationaux accessibles : [www.handicap.monuments-nationaux.fr](http://www.handicap.monuments-nationaux.fr)
- Paris et ses lieux touristiques adaptés : [www.parisinfo.com](http://www.parisinfo.com) > Visiter > Culture et handicap
- Un guide cartographié indiquant les lieux de vacances accessibles dans toute la France : [www.eden-strategie.com/guidvac/front](http://www.eden-strategie.com/guidvac/front)

## Que dit la loi ?

La loi du 11 février 2005 oblige « les dispositions architecturales, les aménagements et équipements intérieurs et extérieurs des locaux d'habitation, qu'ils soient la propriété de personnes privées ou publiques, les établissements recevant du public, les installations ouvertes au public et les lieux de travail à être accessibles à tous, notamment aux personnes handicapées, quel que soit le type de handicap : physique, sensoriel, cognitif, mental ou psychique » (Chap. III, art. 41, art. L. 111-7).

Certes, une amélioration est attendue mais les personnes en situation de handicap devront être patientes car le texte de loi précise que les établissements recevant du public, selon leur type et leur catégorie, « devront répondre à ces exigences dans un délai fixé par décret en Conseil d'État [...] sans excéder dix ans » (Chap. III, art. 41, art. L. 111-7-3), c'est-à-dire en 2015. Date à laquelle la cité devrait donc être rendue accessible. En attendant, partez en vacances mais soyez vigilant(e) !



# Facilien : le web 2.0 à portée de tous

Communiquer facilement par webcam avec ses proches, trouver sans difficulté ses produits et services préférés ou accéder aux offres de services adaptées aux seniors : Facilien a trouvé la solution ! Un portail Internet développé par des alsaciens (Cocorico !) qui facilite le web et favorise le lien intergénérationnel.

## Qu'est-ce que Facilien ?

Facilien est un portail simplifié d'accès à Internet destiné aux seniors ou aux novices du web. Cette solution favorise le lien social intergénérationnel entre les personnes âgées, les aidants, la famille, les amis et les professionnels intervenant au domicile.

Pour créer son compte, il suffit de se rendre sur le site [www.facilien.fr](http://www.facilien.fr).

Vous devrez alors renseigner vos nom, prénom, adresse email, ville, et créer un mot de passe. Une fois votre adresse email validée, vous êtes connecté(e) à Facilien.

## Quels sont les premiers pas à faire sur Facilien ?

Dans un premier temps, il est important de compléter son profil (photo, date de naissance, langues parlées...).

Ensuite, vous pouvez inviter vos proches à vous rejoindre pour pouvoir discuter et partager avec eux par message ou visioconférence.

Puis, vous pouvez personnaliser vos préférences, ce qui vous permettra :

- D'accéder en un seul clic à vos sites favoris ;
- De participer à des forums dont les sujets vous intéressent.



## Le compte est-il payant ?

Facilien sera gratuit pendant un mois et proposera ensuite un abonnement payant suivant les fonctionnalités souhaitées (trois packs : lien social - réseau de parrains et de bénévoles, sécurisation du domicile, télésoutien).

## Comment créer son réseau ?

Pour créer son réseau, le nouvel inscrit sur Facilien doit tout d'abord inviter ses proches par email ; ils pourront alors créer un compte pour discuter et échanger avec lui. Puis, par le biais des forums de discussion, le nouveau membre Facilien va pouvoir trouver d'autres membres avec les mêmes centres d'intérêts et débattre ensemble sur tous types de sujets.

Enfin, Facilien proposera une communauté de parrains et de

bénévoles qui seront là pour assister techniquement les membres mais aussi pour animer les discussions.

## Quelles sont les principales fonctionnalités et les nouveautés ?

- Discuter avec ses proches par message ou visioconférence ;
- Accéder facilement à ses sites favoris ;
- Echanger avec des membres de la communauté sur les forums (cuisine, jardinage, sorties...);
- Gérer son agenda en programmant ses différents rendez-vous et évènements ;
- Jouer à des jeux pour se divertir ;
- Accéder aux services du Réseau APA.

**Rendez-vous sur [www.facilien.fr](http://www.facilien.fr) et lancez-vous !**

# Les repas suspendus : un geste solidaire pour lutter contre l'isolement des personnes âgées



APALIB' a choisi de prendre part au mouvement des repas suspendus, en mettant en place une action qui permet à l'ensemble des haut-rhinois de faire preuve de générosité en donnant 11€ pour "prépayer" un repas. Celui-ci sera offert à une personne âgée isolée, habitant dans le Haut-Rhin, identifiée par le réseau de visiteurs à domicile de l'association.

## Qu'est-ce qu'un repas suspendu ?

La tradition des repas suspendus vient d'Italie, de Naples plus précisément. Là-bas, tout client d'un bar peut commander le "sospeso" avec son "espresso" : il paye deux cafés mais n'en boit qu'un, laissant l'autre "en suspens" pour une personne dans le besoin.

## A qui seront offerts les repas suspendus d'APALIB' ?

Face au décès de proches, la perte d'autonomie, la maladie... le domicile peut devenir un lieu

Etre solidaire aujourd'hui, c'est possible malgré la crise. Les repas suspendus sont une manière simple et efficace de lutter contre l'isolement et la précarité des personnes âgées dans le Haut-Rhin. Cette action est parrainée par Frédéric Scheurer, connu grâce à l'émission Masterchef.

de souffrance et d'isolement. Grâce aux repas suspendus, APALIB' pourra convier des personnes âgées isolées à partager un bon moment. Une sortie hors du domicile est un bon prétexte pour se préparer, s'habiller... Une sortie pour

redonner un peu "d'estime de soi", se sentir exister davantage, partager un moment convivial avec d'autres personnes dans la même situation, et faire de nouvelles rencontres.

La présence d'APALIB' sur le terrain, notamment via ses bénévoles qui visitent toute l'année des personnes âgées isolées et son contact avec les autres associations membres du Réseau APA, permet d'identifier les personnes âgées les plus fragilisées, qui pourraient ainsi bénéficier d'un de ces repas.

## Comment offrir un repas suspendu d'APALIB' ?

- Sur le site HelloAsso (paiement sécurisé) : [www.helloasso.com/associations/apalib/collectes/repas-suspendu](http://www.helloasso.com/associations/apalib/collectes/repas-suspendu) ;
- Par chèque à l'ordre d'APALIB' envoyé à l'adresse suivante : APALIB' - BP2147 - 75 allée Gluck 68060 MULHOUSE Cedex ;
- Directement dans les restaurants APALIB' (liste ci-contre).

## Bon à savoir : un repas qui coûte au final 3,74€

APALIB' est une association reconnue de mission d'utilité publique, et de ce fait, en offrant un repas suspendu à 11 €, les contributeurs bénéficieront d'une réduction d'impôts.

## Les restaurants APALIB' dans le Haut-Rhin participant à l'opération

### COLMAR

- Bartholdi  
17 rue Etroite

### ILLFURTH

- Saint Brice  
3 rue de Provence

### MULHOUSE

- La Maison Steinel  
24 rue des Blés
- La Maison du Temps Libre  
16 rue Engel Dollfus
- Alfred Wallach  
22 rue de l'Ours
- Hansi  
14 rue Hansi
- Sainte Marie II  
14 rue Bonbonnière
- Violette Schoen  
4 rue Noisy-le-Sec

### RIEDISHEIM

- Le Bois Gentil  
15 rue du Collège



## Le 4 septembre 2014 : Forum du Bénévolat

Ce Forum a pour objectif de présenter toutes les possibilités d'exercer une activité bénévole au sein du Réseau APA, et de recueillir tous les souhaits d'engagement bénévole. Les quelques 900 bénévoles actuels réalisent un travail irremplaçable d'animation et de maintien du lien social sur tout le département, jusque dans les villages les plus reculés. Le réseau, qui dispense aussi des formations adaptées aux bénévoles, profitera de l'occasion pour les présenter au public présent. Des animations, des conférences et un barbecue géant seront au programme de cette journée.

**Parc du Natala à Colmar, de 10h à 17h.**  
**Renseignements : 03 89 23 23 02.**

## Deux nouveaux films pour Le Réseau APA

Présenter le Réseau APA n'est pas chose facile : en effet, l'association, née en 1947, a considérablement étendu le spectre de ses activités au fil des ans. De la livraison de repas à domicile à la garde d'enfants, en passant par les soins infirmiers, la gestion de résidences-services seniors ou la plateforme d'appels ALMA (Allô Maltraitance des personnes âgées et adultes handicapés), le réseau propose une large palette de services.

D'où la possibilité pour les internautes de découvrir ces services grâce à deux vidéos : un film court, sous la forme d'un clip de quatre minutes, et un film plus long d'un quart d'heure, avec interviews et témoignages.

**Les films sont accessibles via la page d'accueil du Réseau APA :**  
**[www.reseau-apa.fr](http://www.reseau-apa.fr)**



## Un nouveau restaurateur pour le service de livraison de repas à domicile

Le service de livraison de repas travaille désormais en collaboration avec un nouveau restaurateur, l'Alsacienne de Restauration, sur le Sud du département, et plus particulièrement le Sundgau, l'agglomération mulhousienne et la vallée de Thann. Marc Nicot, responsable du service, met en avant son envie de travailler avec une société alsacienne, qui propose une cuisine variée, traditionnelle et équilibrée. Au menu par exemple : palette à la diable, blanquette de veau, goulasch ou poitrine de veau farcie, sans oublier les menus adaptés aux différents régimes (sans sel, pour les diabétiques, mixé, halal).

**Renseignements : 03 89 32 78 78.**

## Nouveau site Internet pour Fami Emploi 68

Plus moderne, plus convivial, le site Internet de Fami Emploi 68 informe le public sur ses services de garde d'enfants et ménage à domicile, et guide les familles de manière plus précise sur le mode d'intervention. En effet, tout client des services de Fami Emploi 68 a le choix entre le statut d'employeur ou la formule "clé en main".



Dans le cadre de la formule employeur, Fami Emploi 68 accompagne le client dans son rôle de particulier-employeur, tout au long de sa relation avec son employé(e). Dans la formule "clé en main", Fami Emploi 68 s'occupe de tout : du recrutement à la mise en œuvre du service, sans oublier le remplacement de l'intervenant en cas d'absence.

**[www.famiemploi68.org](http://www.famiemploi68.org)**

## Des ateliers pour mieux accompagner son proche

Rivage, la plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux, en partenariat avec l'AGIRC-ARCCO, poursuit son action "Prendre soin de soi pour mieux prendre soin de l'autre". Des ateliers de rencontres entre aidants autour de thèmes variés, qui répondent aux questionnements des proches accompagnant une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'un trouble apparenté. Le prochain cycle se posera à Beblenheim du 16 septembre au 2 décembre 2014.

Cycle gratuit - Prise en charge gratuite du proche pendant les ateliers (sur place et par des professionnels). Inscriptions avant le 4 septembre 2014 - dans la limite des places disponibles.

**Lieu : EHPAD "Le Petit Château", 32 rue du Petit Château à Beblenheim.**  
**Renseignements : 03 89 32 47 87.**

## Frédéric Scheurer, Masterchef 4, Parrain des repas suspendus d'APALIB'

Le demi-finaliste de l'émission Masterchef 4 soutient l'association dans sa lutte contre l'isolement des personnes âgées dans le Haut-Rhin.

Le cuisinier de talent a choisi de participer à la campagne de collecte de repas suspendus initiée par APALIB' et destinée aux personnes âgées isolées du Haut-Rhin, pour donner de la visibilité à un mal dont souffre nos aînés : la solitude et l'isolement. Pour Frédéric Scheurer : « Nous



*ne pouvons accepter une telle situation. Notre département possède une histoire très marquée par la solidarité et l'attention aux autres. Nous nous devons de proposer à nos aînés des moyens leur permettant de tisser à nouveau des liens avec les autres.* » Frédéric Scheurer partagera, par ailleurs, un repas avec des personnes âgées isolées suivies par APALIB'.

## Catalogue Animations 2014/2015 : bientôt disponible !

Le nouveau Catalogue Animations sera disponible à partir du mois de septembre. Il recense l'ensemble des activités de loisirs et de prévention santé proposées par APALIB'. Que ce soit dans les domaines du sport, du bien-être, des arts ou des nouvelles technologies, plus de 400 clubs, ouverts aux 55 ans et plus, vous attendent sur tout le Haut-Rhin. Et à des prix accessibles pour tous ! Alors plus d'excuses pour ne pas vous inscrire si vous avez la volonté de rester actif et de vous divertir dans la bonne humeur !

**Plus de renseignements :**

- La Maison du Temps Libre - 03 89 42 05 24
- L'Espace Bel Age - 03 89 23 23 02
- [www.animations.apalib.fr](http://www.animations.apalib.fr)



## Certification NF Service pour APAMAD et Fami Emploi 68

Les services d'aide et d'accompagnement à domicile et de livraison de repas à domicile d'APAMAD, ainsi que le service Fami Emploi 68 ont obtenu fin 2013 la certification NF Service par le groupe AFNOR, résultat des efforts fournis au sein de toutes les équipes du département.

L'audit a été réalisé par l'AFNOR (Association Française de Normalisation) ; il a servi à vérifier qu'APAMAD et Fami Emploi 68 respectent bien toutes les exigences de la certification et que les procédures sont bien aux normes. Cela a demandé un important travail de préparation, étant donné les spécificités des services. En effet, la norme n'est pas la même pour le service de livraison de repas à domicile ou pour la prestation de garde d'enfants de Fami Emploi 68 par exemple. Une procédure spécifique est exigée, et cela, pour les 10 antennes de proximité du département, dont chaque service fut audité.

### Une garantie pour les bénéficiaires et les partenaires

En novembre 2013, soit plus de trois ans après le début de l'aventure, APAMAD et Fami Emploi 68, obtiennent la certification NF Service. « Cette certification est une garantie de notre savoir-faire vis-à-vis de nos clients et de nos partenaires, et reconnaît officiellement la qualité de nos prestations », explique Matthieu Domas, Directeur Général Adjoint d'APAMAD. « Mais c'est également une motivation supplémentaire pour les équipes. » Chaque année, les structures seront auditées afin de vérifier qu'elles continuent à bien répondre aux exigences de la norme, pour maintenir le niveau de qualité assuré aux bénéficiaires.



Mes loisirs

Mon argent

Mon véhicule

Ma santé et ma prévoyance

## La retraite, vous allez l'apprécier !

Quel que soit votre âge, la Macif est à vos côtés pour :

- optimiser votre budget au quotidien et préparer la transmission de votre patrimoine aux meilleures conditions ;
- vous proposer une assistance dans tous vos déplacements ;
- vous aider à prendre soin de votre santé et à préserver votre entourage en cas de décès ou de perte d'autonomie ;
- vous faire bénéficier de réductions pour vos loisirs...

Avec la Macif vous allez vivre votre retraite à plein temps !

Découvrez nos offres en point d'accueil Macif,

sur [Macif.fr](http://Macif.fr) ou au  N°Cristal 09 69 39 49 40

Soumis à conditions.

APPEL NON SURTAXE



Les contrats Santé et Prévoyance sont assurés par des mutuelles régies par le Livre II du Code de la mutualité et adhérentes à la Mutualité Française.

MUTUELLE ASSURANCE DES COMMERÇANTS ET INDUSTRIELS DE FRANCE ET DES CADRES ET SALARIÉS DE L'INDUSTRIE ET DU COMMERCE. Société d'assurance mutuelle à cotisations variables. Entreprise régie par le Code des assurances. Siège social : 2 et 4, rue de Pied-de-Fond 79000 Niort. Macif agit en qualité d'intermédiaire en opérations de banque pour le compte exclusif de Socram Banque. N° ORIAS 13005670 ([www.orias.fr](http://www.orias.fr)).



LA SOLIDARITÉ EST UNE FORCE

Contactez-nous au  
**03 89 32 78 78**  
[famiemploi68.org](http://famiemploi68.org)

**fami**  
**EMPLOI 68**  
Employer à domicile, c'est facile !

Faites le choix de la qualité du  
**N°1** sur le Haut-Rhin

### Plus de temps pour vous...

**Les plus de Fami Emploi 68**

Horaires adaptés en fonction de vos besoins de 5h à 23h et 7j/7

Garde partagée

Garde régulière en semaine ou le week-end

Garde ponctuelle pendant les vacances

Couverture départementale

Possibilité d'aide de la caisse d'allocation familiale

Réseau APA 

Garde d'enfants  
- et + de 3 ans

Ménage / Repassage

Bénéficiez de  
**50%**  
réduction /  
crédit d'impôts\*

Choisissez le mode d'intervention qui vous convient :  
formules prestataire ou mandataire  
(voir notre site internet)



Illustrations : [www.famydeque.com](http://www.famydeque.com)



Service certifié

