

Jeanne, Louis et vous

LE MAGAZINE DU RÉSEAU APA



Réseau APA

À vos côtés depuis 1947

Dossier

Portraits, 70 ans d'Histoire, et pour les 70 ans à venir ?

SORTIR, SE DIVERTIR

**Seniors et Smartphones :
connexion en cours**

PAGE 12

LE RÉSEAU S'ENGAGE
POUR VOUS

**S'engager dans la lutte
contre l'isolement**

PAGE 14

-  Réseau Apa La Solidarité en Plus
-  Apamad, aider mieux
-  Fami Emploi 68
-  Vitaminez-vous
-  DSHA-Recrutement et mise à disposition de personnel
-  @RéseauAPA  @DSHAemploi



Souriez, vous êtes connectés !

Un simple BIP pour garder le contact avec ses proches à tout moment.

www.bip-connect.fr

Solutions de téléassistance



Domicile



Mobilité



Écoute 24H/7J



Géolocalisation



Demandez une démonstration gratuite à domicile. Tél : 03 89 31 54 32



Une hospitalisation d'un proche, ou de vous-même, est prévue prochainement ?

VOTRE
**RETOUR
D'HOSPITALISATION**
en toute
sérénité



apamad
À vos côtés chaque jour

03 89 32 78 78 • www.apamad.fr

Apamad, aider mieux

La compétence
crée la confiance.

Réseau APA
La Solidarité en +

Édito



Denis THOMAS
Président du Réseau APA

Dans quelques semaines, nous allons arriver au terme de cette année anniversaire.

70 ans, en effet, que l'Aide aux Vieux de 1947 devenue l'APA, puis le Réseau APA, est aux côtés de celles et ceux qui ont besoin de sollicitude, d'aide, d'assistance, d'accompagnement... dans l'ensemble du Haut-Rhin.

70 ans que les valeurs de solidarité, de respect, de tolérance sont toujours défendues avec enthousiasme et engagement. Ces valeurs sont les fondations sur lesquelles les actions ont été bâties au fur et à mesure des années. Elles sont et resteront le ciment qui permet à notre collectif de tenir et de franchir les étapes parfois difficiles. Elles sont enfin le fil rouge qui guide nos envies et nos projets pour l'avenir.

70 ans est également l'âge où la fougue de l'action est tempérée par l'expérience accumulée, et où l'on peut encore donner le meilleur de soi pour préparer le monde de demain, choisir celles et ceux qui porteront le flambeau, déterminer les envies et les besoins que les prochaines générations auront.

70 ans, c'est également le moment où l'on aurait envie d'un peu de certitudes, de sécurité, de réassurance, alors que l'on est conscient que le contrat social est impacté par les incertitudes économiques et sociales (déficits, retraites, chômage, pauvreté...) qui rendent l'avenir difficilement lisible.

70 ans, c'est également l'opportunité de regarder à 360°, d'où je viens, qui je suis aujourd'hui, où je veux aller demain. La symbolique de l'arbre en est l'incarnation, avec ses racines bien plantées dans le sol, ce tronc solide qui rassure et son feuillage fait d'autant de mains tendues vers le ciel, immensité dont on ne connaît pas encore toutes les limites, mais dont on attend tant.

C'est dans cet état d'esprit d'espoir, notamment en l'être humain, que nous avons fêté en commun le 16 décembre 2017, avec l'ensemble des acteurs et des forces vives, le souvenir de celles et ceux qui ont œuvré pour que cet élan de solidarité se réalise, la réussite collective des porteurs de l'APA d'aujourd'hui et les rêves, voir l'utopie des pionniers de l'APA de l'an 3000.

Fier d'être votre Président, je vous souhaite une excellente année 2018, en espérant que ces quelques mots vous permettront de trouver l'énergie d'aborder ce nouveau millésime.

➤ Elsasserrénerunga ...

Ja do, dia Jéhrla géhn so schnell ümma wia der Wënd. Ewereimol stéht der "Séwetzig" vor der Téhra un ma macht der Bilänz vum a ganz Lawa. Wiaviel schééna Sàcha kùmma eim én Errénerung, d'Kénderjohra, der Hochzitt z'Tàg, der Geburt vù da Kénder, viel schééna Sàcha àwer mangmol oï viel àndra Sàcha wù villicht nèt so schéén sénn, a pààr Trana rùgla d'Bàcka àwa, s'Harz màcht eim Wéh ! Wia hàt doch d'Walt g'schàngiart én dana viela Johra... D'moderna Zitta sén ganz ànderscht. Héttà sésch àlla umanànder rënna mét "téléphone portable", mét "tablèlta". Alla schécka anànder "Mail" oder SMS". Wàs wann'r, mër màcha hàlt mét !

So ésch's ganz glichà mét'm Réseau APA,

dia fira oï éhr'na Séwetzigschta Geburtztàg! Ma kàt sàga dàs dia àlla Mènscha wù schu Johralàng tädigt sén émmèr noch sorga fër bèsser z'màcha, fër wéder neya Hélf brénga én dana àlterra Littla, wù sorga dàs unsera Grossmàtterla un Grossvaterla a schéén And vu ehrem Lawa han.

Ja, a grosser "Merci" én dana àlla wù witterscht schàffa fër d'Mènschheit, wu séch har gan fër a bèsser "Spotjohr" z'offriara én unsra Séniora, mër sén éhna dänkbar, én dà Freiwèlliga wia ém Personàl vù dam Réseau APA, zum Gléck gébt's noch Mènscha wù àn àndra dankà, Gott sei Dànk !

Bis bol...

Huguette DURR

Sommaire

ACTUS & INFOS PRATIQUES

Actualités et infos pratiques... p.4

DOSSIER SPÉCIAL 70 ANS

Ce que l'on est... Portraits p.6

70 ans d'Histoire... p.8

Et pour les 70 ans à venir ? p.10

SORTIR, SE DIVERTIR

Grand froid : les bons réflexes ! p.12
Seniors et smartphones : connexion en cours

LE RÉSEAU S'ENGAGE POUR VOUS

HOP'nGO livre vos courses à domicile ! p.14
S'engager dans la lutte contre l'isolement

Directeur de la publication : P. Tassetti
Rédacteurs : A. Altheimer, M. Bouti, K. Haas, L. Hirth, J. Nandjan, C. Schaffner, E. Waechter • Conception graphique : GIE APA Compétences / Kimeos
Crédit Photos : GIE APA Compétences • Impression : SCHRAAG Industries Graphiques • décembre 2017
Tirage à 21 200 exemplaires • ISSN 1268-1148
Réseau APA : APAMAD, APALIB, Fami Emploi 68, DSHA, ASHPA, Bip Connect, Facilien, Aux Bons Soins.
75, allée Gluck - BP 2147 - 68060 MULHOUSE Cedex
Tél : 03 89 32 78 78 - Fax : 03 89 43 50 17
www.reseau-apa.fr



Actus et infos pratiques

Les 70 ans du Réseau APA en événements :

Dans le cadre de son 70ème anniversaire, le Réseau APA a organisé de nombreuses manifestations, notamment autour du vieillissement et des problématiques associées :

Geste solidaire

Tous les salariés et bénévoles ont eu l'opportunité d'offrir des prestations du Réseau APA à des personnes isolées ou ayant de faibles revenus, totalement financées par le Réseau APA.

Conférences-débats

13 juin

« L'E-Santé : de l'hôpital du futur à la maison », conférence animée par Luc SOLER, Directeur scientifique de l'Institut de Recherche contre les Cancers de l'Appareil Digestif (IRCAD) et de l'Institut de Chirurgie Guidé par l'Image (IHU) de Strasbourg, sur les techniques et les outils futurs de la médecine.

14 septembre

« Vieillir dans la société d'aujourd'hui : une question d'éthique collective ? », conférence au Centre Sportif Régional de Mulhouse, animée par Grégory AIGUIER, Docteur en sciences médicales, Enseignant-chercheur au Centre d'Éthique Médicale de l'Université Catholique de Lille.

16 novembre

« Bien vieillir et rompre avec la solitude », conférence Erasme à la SIM de Mulhouse, animée par Alain JEAN et Didier MAERTZ, co-auteur de l'ouvrage « Dictionnaire impertinent de la vieillesse ». En partenariat avec l'Alsace, Crédit Mutuel et l'UHA.

Octobre et novembre

La première résidence-artiste a été organisée, donnant naissance à une surprenante œuvre d'art. Présentée comme un voyage numérique, l'œuvre fut réalisée par Adrien GARCIA, avec la participation des bénévoles, des bénéficiaires et des salariés du Réseau.

Job Solidaire

500 jeunes sensibilisés aux métiers du domicile #JobDating

Juillet - novembre

De nombreuses sessions d'Escape Game ont animé l'année 2017, permettant aux bénévoles et aux salariés de l'association d'œuvrer en équipe autour d'énigmes, tout cela dans la bonne humeur.

28 septembre

Marche Solidaire à travers le patrimoine naturel de Wintzfelden (Soulzmatt) afin de lutter contre l'isolement des personnes âgées.

10 octobre

Film débat sur l'aide aux aidants, autour du film « Les Souvenirs » de Jean-Paul ROUVE, en présence de Jean-Marc MICHEL, Médecin gériatre, et Elodie GUERIN, psychologue au CGR de Colmar.

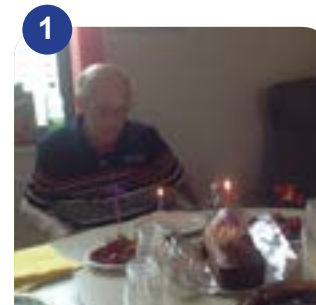
et surprise...

APAMOBILE sillonne les routes du département pour venir à votre rencontre !



BRAVO AUX GAGNANTS DU CONCOURS PHOTO "VOUS AVEZ 70 ANS CETTE ANNÉE ? NOUS AUSSI !"

Dans le cadre des 70 ans du Réseau APA, vous pouviez en effet envoyer la photo de vos 70 ans la plus sympathique !



"Antoine"



Christiane SALTZMANN



Bertrand LATOURRETTE



Mention spéciale à Marcelle GODARD de 107 ans et à sa petite fille Lilly de 7 ans qui ont 100 ans d'écart !



Davantage de proximité

Recherchant le bien-être de ses bénéficiaires, salariés, et les meilleures solutions à une demande continuellement grandissante, APAMAD a mis en place sur Sainte-Marie aux Mines et les Plaines du Rhin, une gestion en petites équipes. De 10 à 12 auxiliaires de vie réparties sur des zones d'activités moins étendues, les groupes participent davantage à l'organisation de leur

planning, ce qui permet d'anticiper les absences tout en réduisant le nombre d'intervenants. Les bénéficiaires disposent ainsi d'un service harmonieux et de qualité sans être perturbés par des imprévus. Si la satisfaction des bénéficiaires, comme des salariés, continue d'être au rendez-vous, ce modèle d'organisation devrait se déployer sur l'intégralité des secteurs.

Mise en place d'un Service de Soins Infirmiers à domicile d'Urgence

Dans un contexte où il est difficile de trouver des relais aux sorties d'hospitalisation, APAMAD a déployé depuis le 1er octobre 2017, sur le centre hospitalier de Mulhouse, un SSIAD d'urgence. Composé d'une équipe d'aides-soignants et d'infirmiers, encadrée par une infirmière coordinatrice, ce nouveau service s'appuie sur une évaluation multidimensionnelle et l'expertise de tous les soignants du service. Objectif? Trouver une solution rapide à des problèmes d'urgences et un relai pérenne de prise en charge des patients, en 3 semaines.

Contact : 03 89 32 72 55

EHPAD en Wifi

Depuis juin 2017, l'ASHPA dispose du Wifi dans ses deux EHPAD (La Maison de l'Arc et Les Ecureuils). Une telle technologie

permet d'offrir aux résidents de nouvelles possibilités de communication et d'animation, mais également de faciliter l'activité du personnel et des bénévoles engagés. L'installation de détecteurs de chute, l'utilisation de bracelets géolocalisants ou encore l'intégration d'un robot d'animation, sont également en réflexion et pourraient bien voir le jour au sein de nos EHPAD... mais toujours en complément de l'aide humaine, sans jamais la remplacer.

S'évader avec « Escapassion »

Avec la participation financière de l'AG2R La Mondiale, le service d'accueil de jour d'APAMAD a lancé depuis octobre les clubs « Escapassion », dédiés aux personnes de plus de 60 ans ayant des troubles de mémoire débutants. Afin de permettre aux personnes touchées par ces troubles cognitifs, de continuer à mener des activités significatives, sans pour autant intégrer une structure spécifique, ce nouveau service propose des sorties culturelles, des activités physiques adaptées et des ateliers axés autour de la nutrition et de la mémoire.

Contact : 03 89 32 78 78 - edietrich@apa.asso.fr

Lutter contre la dénutrition chez les personnes âgées

La dénutrition chez les personnes âgées vivant à domicile est un enjeu de santé publique. C'est pourquoi le Réseau APA travaille actuellement sur le projet E-nutriv, un système basé sur le recueil de données permettant de dépister une dénutrition puis de notifier des alertes à l'entourage médical, familial et professionnel, et d'assurer un suivi de la situation.



Traiteur à domicile

La qualité des traiteurs Degert (Lutterbach) et Herrscher (Colmar) associée au professionnalisme de la livraison à domicile d'APAMAD : une recette qui éveille les papilles. Ce partenariat permet à APAMAD de proposer de nouvelles saveurs dans le cadre de son service de livraison de repas à domicile, et offre la possibilité aux traiteurs de toucher des personnes qui ne peuvent plus se déplacer, la veille à domicile des porteurs de repas en plus !

Une commande sur simple appel au 03 89 32 78 78

Ce que l'on est...

2600 salariés et 875 bénévoles incarnent aujourd'hui plus d'une vingtaine de services disponibles au sein du Réseau APA, pour accompagner près de 25 000 personnes chaque année. Des services qui, depuis 1947, se sont adaptés aux besoins de la population. Né dans la détresse de l'après-guerre, mûri dans un monde inégalitaire, témoin de modes de vie de plus en plus individualistes, le projet de solidarité du Réseau APA est de rendre accessible à tous, quels que soient le lieu d'habitation, les revenus, la culture, des services qui permettent de nourrir l'envie de vivre. Que fait le Réseau APA d'aujourd'hui ? D'où vient-il et quelles sont ses ambitions ? Ce sont ses acteurs qui en parlent le mieux...



Carole AUBRY

Aide-soignante (Lièpvre)

"Le Réseau APA, c'est un travail d'équipe. Je m'occupe des soins en général et de ce qui entoure la personne. Tous les jours c'est différent, même si c'est avec la même personne ! Nos bénéficiaires nous attendent, ils ont confiance. Moi je viens du secteur : je leur apporte aussi des nouvelles, je suis un relais du lien social."



Christine HEITZ

Assistante maternelle et aide à domicile pour Fami Emploi 68 (Mulhouse)

"Je garde des enfants, je vais aussi chez des gens qui travaillent toute la journée et qui n'ont pas le temps de s'occuper de leur logement. Quand ils rentrent chez eux, le linge est propre, la maison est rangée. En arrivant le matin, j'ai parfois ma tasse de café prête !"



Rachel STEHLIN

Délégue mandataire judiciaire à la protection des majeurs

"Le Réseau APA c'est aussi l'aide aux personnes vulnérables, parfois isolées. J'ai le sentiment d'être utile. J'ai un bon relationnel avec les personnes âgées, c'est une relation simple et de confiance. Ce côté social, cette entraide, c'est ce que m'apporte le Réseau APA."

Aide-soignante à l'Accueil de Jour Thur Doller



Anne CHAVANNE

"L'accueil de jour utilise une technique non médicamenteuse pour aider les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles assimilés. J'apporte de la joie de vivre, une écoute et des conseils appropriés. Etant aidante moi-même, je comprends les difficultés rencontrées par les proches qui aident un parent malade. Ici, nous apportons de l'humanité, c'est un lieu où l'on prend le temps d'être avec les malades et de les écouter."



Anne-Laure ROY

Animatrice à l'EHPAD Les Ecoreuils (Mulhouse)

"Je fais tout pour que les résidents se sentent bien ici, que ce soit pour eux un endroit où ils aient envie de rester et qu'ils aient le choix des activités. Je les stimule pour qu'ils y participent, mon objectif est de lutter contre l'isolement."



Frédéric BLOSSER

Bénévole à l'EHPAD de la Maison de l'Arc (Mulhouse)

"Cela m'apporte beaucoup de bonheur. J'ai l'impression que certains résidents se réveillent quand je joue de l'accordéon. Les animations apportent de la distraction et dans les ateliers, les résidents participent, cela les valorise."

Bénévole Ecrivain du Lien (Mulhouse)



Jean-Luc MAUVAIS

"J'apporte mon savoir-faire et je soulage les gens dans leurs démarches administratives, car il faut leur permettre de conserver leurs droits afin de ne pas être spolié. Je suis choqué par la vulnérabilité des gens face à l'administration. Il faut les aider. Je suis un fouineur : ça me passionne, je ne lâche jamais le morceau !"



Nouara AISSAOUI

Conseillère d'Aide et d'Accompagnement à Domicile (secteur de Mulhouse)

"On apporte des solutions aux familles, de l'aide au quotidien. Ce qui me plaît c'est la diversité et l'équipe, il y a une bonne ambiance."



Maryse FEBRISSY

Gestionnaire Paie et administration du personnel - Direction des Ressources Humaines

"Nous sommes au service de tous les salariés. Nous accompagnons les managers pour toute question relative à l'administration du personnel et à la paie."

L'entraide et la solidarité sont des maîtres mots de notre Réseau que je prends plaisir à appliquer quotidiennement."



Agnès FLICK

Psychologue à la plateforme RIVAGE Nord

"Le Réseau APA c'est comme un trousseau de clefs avec des services qui permettent de répondre à différents besoins ou difficultés de la vie quotidienne. On n'a jamais appris à être aidant. Nous, chez Rivage, sommes là pour eux. Ils se rendent compte qu'ils ne sont pas seuls. On apprend beaucoup avec les aidants, on donne et on reçoit."



André GREWIS

Bénévole animateur de randonnées et sorties intergénérationnelles MTL (Mulhouse)

"Le Réseau APA est un lieu de rencontre et un créateur de lien. Je privilégie l'ambiance, la convivialité et l'échange. Les gens viennent marcher pour cela. Je fais attention, je suis là pour tous, c'est une priorité."



Dominique MORISSEAU

Administratrice (bénévole)

"Ancienne salariée, je suis aujourd'hui bénévole car j'ai des convictions sur l'aide à la personne et le maintien à domicile. Je rencontre aujourd'hui les élus en milieu rural et suis ambassadrice car le Réseau APA, c'est une cause qui me tient à cœur."

Responsable du service client DOMTECH



Hichem ALLAOUI

"Nous favorisons le maintien à domicile des personnes âgées en les mettant en sécurité grâce à la téléassistance. On développe aussi des nouvelles solutions notamment pour les actifs. Ce qui me plaît c'est la relation avec le client. Répondre aux besoins des personnes fragiles ou en difficulté, c'est pour moi de la solidarité."

Auxiliaire de Vie Sociale (Wittenheim)

"J'apporte la possibilité de faire ce que les personnes n'arrivent plus à faire, au niveau corporel ou pour l'entretien du cadre de vie. Je les aide à sortir de chez eux mais aussi de leur solitude. Au-delà de la toilette ou du ménage, nous sommes une aide pour la famille qui peut ainsi profiter pleinement de son proche."



Nathalie HAMANN



Véronique MERTZ

Aide à domicile (Ribeauvillé)

"Le Réseau APA apporte la possibilité aux actifs de conjuguer vie privée et professionnelle, et pour les retraités de tous âges de profiter le plus et le mieux possible de leur vie chez eux. J'espère arriver à montrer aux personnes chez qui je vais, ce qu'elles sont encore capables de faire, plutôt que ce qu'elles ne peuvent plus faire."



Rosita SINEPHRO

Travaille en cuisine et entretient les locaux des résidences autonomie Bel Air et Alfred WALLACH (Mulhouse)

"Le Réseau APA, c'est la convivialité. On se rassemble avec les résidents. Parfois nous sommes les seules personnes qu'elles voient dans la journée. C'est un moment de partage ! J'apporte ma présence. On demande mon sourire : je suis le rayon de soleil de la Martinique !"

Bénévole animateur de club informatique à l'Espace Bel Age (Colmar)



Jean-Louis MUNCH

"Ancien informaticien, je cherchais une manière de m'occuper. Le Réseau APA c'est un outil d'intégration sociale pour les personnes qui n'ont plus d'activité. C'est aussi plein de services pour les personnes malades ou dépendantes. J'apporte une aide technique à ceux qui souhaitent s'améliorer en informatique et suis un lien social, c'est pour cela que je suis venu."



Patricia AMETTE

Gérante -animatrice de la résidence-autonomie APALIB' Alfred Wallach (Mulhouse)

"Le Réseau APA part dans plein de directions dont le centre reste dédié à la personne. Je veille sur les résidents pour que tout se passe bien, qu'ils se nourrissent correctement, qu'ils puissent vieillir en toute quiétude et dans une bonne ambiance. Aucune journée ne se ressemble. Parfois des résidents me disent : « Vous illuminez nos vies » !"



Marie-Stéphane JASSEY

"Le Réseau c'est quelque chose de formidable pour aider les gens. Moi, j'apporte un « bonjour ». En entrant, on sait. Si la chaise est au milieu du couloir, si les lunettes ne sont pas sur le nez. Je comprends que quelque chose ne va pas. Ensuite, on discute. Parfois, j'appelle la famille qui prend le relais."

70 ans d'Histoire

Réseau APA, D'où viens-tu ?

1947

Fondation de l'« Aide aux Vieux », première dénomination de l'association. Elle est installée 40 rue de Bâle à Mulhouse et développe son service social spécialisé pour personnes âgées.

1951
Les premiers repas sont livrés à domicile.

1953
Émergence du concept d'aide au domicile avec la création du service d'aide ménagère.

1966
Ouverture et gestion des premières résidences - seniors. Très vite, les foyers - restaurants se développent et plus de 100 000 repas y sont servis en 1972.

1970
L'Aide aux Vieux devient l'Association Haut-rhinoise d'Aide aux Personnes Agées (AAPA), et deviendra l'APA en 1994.

Violette Schoen, co-fondatrice de l'« Aide aux Vieux ».

1980
Ouverture du premier accueil de jour à Mulhouse à La Maison du Temps Libre.

1983

Création du service de soins infirmiers à domicile pour personnes âgées (SSIAD). Il a pour objectifs de prévenir ou retarder l'aggravation progressive de l'état de santé des personnes âgées, d'éviter ou de raccourcir une hospitalisation et de retarder un placement en institution en favorisant le maintien à domicile.

L'Histoire du Réseau APA commence en 1947 lorsque le financement de l'Etat dédié à l'aide aux rescapés de guerre diminue.

L'industriel mulhousien Bernard Thierry-Mieg et l'assistante sociale Violette Schoen ne veulent pas renoncer aux actions en place en faveur des « vieux », terme courant employé à l'époque. Ensemble, ils créent l'« Aide aux Vieux » pour apporter un soutien moral et matériel aux personnes âgées du Haut-Rhin. 70 ans plus tard, le Réseau APA reste garant de ce projet de solidarité.

1949
Création des ouvriers (ancienne dénomination des clubs). Ouverts dans les foyers-restaurants, ils permettent aux veuves de guerre de se rencontrer.

Bernard-Thierry Mieg, co-fondateur de l'« Aide aux Vieux ».

1987

Création de DSHA, association spécialisée dans l'insertion et le retour à l'emploi, notamment par le biais des métiers des services à la personne.

La Solidarité en +

Au fil des années, les besoins les plus élémentaires ont été comblés, l'assistance et la protection ont évolué vers l'accompagnement des personnes dans leur projet de vie et l'exercice de leur pleine citoyenneté.

L'association a modifié plusieurs fois son nom au cours de son histoire, l'« APA » en a été le plus connu.

Son organisation a aussi été modifiée, les services ont été adaptés, des associations d'activités complémentaires ont été créées, pour toujours répondre aux besoins de la population.

2010
Création d'APACADEMIE, l'école de formation interne.

2014
Création de Facilien, portail d'accès à internet simplifié qui permet aussi aux seniors de rester connectés avec leurs proches.

2011
Lancement de Bip Connect, solution de télé-assistance.

1992
Création du premier pôle gériatrique du département et de Fam'Emploi 68.

2009
Le Conseil Général reprend les Pôles Gériatriques. Le Réseau APA se compose d'APAMAD, APALIB, DSHA, et Fam'Emploi 68.

2006

Lancement du service des visites à domicile proposant aux personnes âgées qui se sentent seules d'être rencontrées par des bénévoles.

2015
Déploiement de smartphones aux équipes de terrain.

2018

Les Jardins de Daphné, nouvelle résidence-autonomie d'APALIB.

Et demain ?

Le Réseau APA a 70 ans, et de nombreux services sont venus renforcer le panel déjà très diversifié de la structure. Des projets ambitieux sont en cours, mettant les technologies de demain au service de l'humain, afin de nourrir l'envie de vivre et permettre au Réseau APA de faire du bien, le bien, et de bien le faire.

Et pour les 70 ans à venir ?



Pilotes du Réseau APA, Denis THOMAS (à gauche), Président, et Pierre KAMMERER (à droite), Directeur Général, analysent les enjeux auxquels devra répondre cet acteur historique de la solidarité haut-rhinoise dans les années à venir, et qui au fil des ans, est devenu le 2ème employeur privé du département. Interview croisée.

Quelles sont vos satisfactions du chemin parcouru ?

En 70 ans, les acteurs du Réseau APA ont su gagner la reconnaissance des familles, des personnes âgées et personnes en situation de handicap du Haut-Rhin, des pouvoirs publics, des collectivités, entreprises et institutions, pour devenir un acteur médico-social majeur, un acteur économique reconnu. Mais surtout un **acteur de solidarité au service des êtres humains, des plus autonomes aux plus fragiles, et un artisan de cohésion des territoires dans lesquels ils vivent**. Cela, sans jamais rester sur ses acquis. Si au sortir de la guerre les défis étaient de faciliter l'accès au chauffage, à des toilettes et à l'eau courante dans les logements, les enjeux sociétaux ont changé, et la maniabilité de notre navire nous a permis de régulièrement nous **adapter**. Le Réseau APA, grâce à ses relations partenariales, propose aujourd'hui une offre très diversifiée de services sur l'ensemble du département, **quels que soient le lieu d'habitation, les ressources, la culture des personnes aidées**.

De quoi peuvent être fiers les acteurs du Réseau APA ?

Via le Réseau APA, en 70 ans, des dizaines de milliers de personnes ont été « passeurs de solidarité » vers des centaines de milliers d'autres. En parallèle, nous sommes passés d'un organisme constitué de militants bénévoles à une **professionnalisation d'experts de l'aide**, et cette transformation est simplement extraordinaire ! Aussi avons-nous cultivé, et cela a été une exigence

et une discipline, la complémentarité entre bénévoles et salariés, qui nous ancre dans l'esprit associatif.

Pourquoi cet esprit associatif est-il si important pour le Réseau APA ?

Parce que nous sommes persuadés que la vraie solidarité ne peut être que désintéressée. Nous ne rémunérons pas d'actionnaires, ce qui permet de réinvestir totalement nos éventuels excédents de gestion dans des projets qui nourrissent la raison d'être de nos associations. Oui, nous avons été confrontés à des difficultés où nous aurions dû licencier, mais nous avons trouvé des alternatives : **le facteur humain n'est pas notre variable d'ajustement**. Dans notre mode associatif nous faisons vivre pleinement nos **valeurs**. Ce sont elles qui nous permettent de rassembler, de motiver, pour réussir ensemble.

Quel est le secret de longévité du Réseau APA ?

C'est vrai, nous avons atteint une stabilité organisationnelle. Nous avons sans doute réussi un dosage approprié d'anticipation, de réactivité et de prise de risque au service de la qualité de la prestation, du coût, et des relations avec les pouvoirs publics et nos autres partenaires, dans un **respect mutuel**. A nous de trouver la recette adaptée pour les 70 années à venir !

Quels sont les enjeux à venir du Réseau APA ?

Notre principal enjeu dans un monde qui évolue très vite, est de trouver la manière dont nos associations pour-

ront être les plus utiles à la population (notamment les plus fragiles) et à la société. Faire vivre nos valeurs auprès de nos bénéficiaires, même au détriment de décisions économiques : un défi d'autant plus délicat dans un contexte de recul des financements publics et d'incertitude sur la future politique sociale, assortis à la baisse du pouvoir d'achat de la population. Concilier qualité d'accompagnement et coûts adaptés, négocier pour adapter, en douceur, la société au vieillissement, sont des sujets au cœur de nos préoccupations. Notre piste ? L'animation de **communautés locales d'entraide**, mobilisant de manière mixte professionnels, bénévoles, voire d'autres types d'acteurs, selon la nature de l'aide et du soin à apporter. L'intelligence numérique sera intégrée dans cet accompagnement, au service de l'aide humaine. Nous souhaitons que chaque haut-rhinois puisse compter, lorsqu'il en aura besoin, sur une telle communauté, bienveillante et accessible.

Quel message souhaitez-vous faire passer à la population ?

Nous avons déjà vécu des périodes très compliquées, desquelles nous sommes sortis grâce à la mobilisation des communautés professionnelles et bénévoles. Le Réseau APA veille à s'organiser pour répondre, comme il l'a fait depuis 70 ans, aux enjeux de demain. Nous misons sur l'humain, sur les valeurs de solidarité, la créativité et l'enthousiasme qui animent tous ceux qui s'engagent dans notre Réseau APA. La force du collectif et la dynamique associative nous rendent optimistes et confiants. Les Haut-Rhinois pourront continuer de faire confiance au Réseau APA.

Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin



70 années d'existence, de services, d'interpellations, de construction, d'innovation, d'expérimentation : le Réseau APA doit son développement à ses forces humaines, mais aussi à tous ses partenaires qui l'ont accompagné. Réciproquement, le Réseau APA accompagne ses partenaires et met à disposition ses services, son expérience et son ancrage social. Témoignages.

Membres du même groupement informatique (le GIES Informatique), Domicile 90 (association leader sur le Territoire de Belfort) et le Réseau APA se sont rapprochées simplement. Interview de **Philippe WEBER, Directeur Général de Domicile 90**.

Pourquoi avoir établi un partenariat avec le Réseau APA ?

Malgré des tailles très différentes, nous nous sommes naturellement retrouvés dans les valeurs communes du système associatif (l'engagement bénévole, les valeurs de solidarité envers les bénéficiaires comme du personnel, la recherche d'équilibre économique...), conjuguées aux exigences de fonctionnement d'une entreprise. Nos intérêts partenariaux sont réciproques : nous faisons profiter le Réseau APA de notre implantation pour exporter son savoir-faire et ses produits, et nous pouvons, ainsi, conduire une diversification que nous n'aurions pas pu construire seuls. C'est ainsi que, sous notre double-enseigne, nous proposons aux habitants du Territoire des services de proximité, qualitatifs et consolidés, de téléassistance comme de livraison de repas.



Mulhouse Alsace Agglomération (m2A) regroupe plus d'un tiers de la population du Haut-Rhin, et peut s'appuyer, entre autres, sur le Réseau APA pour apporter son soutien à la population. Rencontre de **Fabian JORDAN, Président de m2A**.

Responsable d'une collectivité majeure, qu'attendez-vous d'acteurs tels que le Réseau APA ?

J'attends le partage de valeurs communes tant par le Réseau APA que par m2A. La solidarité d'abord, qui fait surtout sens dans cette période de crise économique, et qui place l'Humain au centre des préoccupations : cela doit permettre au Réseau de maintenir sa politique sociale ambitieuse. Puis le bénévolat. Plus de 800 bénévoles donnent au Réseau de leur temps de manière désintéressée, et cela fait échos à la journée citoyenne lancée par m2A, qui mobilise les habitants pour réaliser divers travaux et améliorer leur cadre de vie. Ce bénévolat, comme celui du Réseau APA, favorise la communication, l'intergénérationnel et crée des liens forts entre les personnes.

Quelles sont vos points de satisfaction sur ce partenariat ?

Clairement, le respect dans les relations et le positif dégagé par et pour chacun. Une belle complicité s'est construite entre nos équipes et nous sommes particulièrement satisfaits de participer aux innovations de BIP Connect. Cela valorise le travail de nos intervenants à domicile. Il y a des éléments stratégiques pour les deux parties au sein d'un tel partenariat et échanger avec franchise s'avère durablement payant. Le Réseau APA constitue un partenaire fiable, de long terme, qui s'attache respectueusement à co-construire, avec nous, des projets de développement. J'y vois également l'ouverture de nouveaux possibles en matière de bénévolat et de prévention, d'un nouvel élan de créativité pour aller de l'avant. Ensemble.

A quels enjeux ces acteurs doivent-ils répondre pour accompagner les populations ?

En premier lieu, la grande disparité sociologique de notre bassin de vie ! Comprendre et construire un espace de solidarité en tenant compte des différences de territoires est impératif. La lutte contre l'isolement social constitue également un enjeu majeur et implique une action transversale pour susciter des dynamiques collectives et des complémentarités entre collectivités, professionnels, entourages et volontaires. Enfin, l'accroissement de l'espérance de vie représente un nouveau défi : à l'aube d'une véritable transition démographique, il est de notre devoir d'anticiper, en préparant la « Silver Economie », les mutations à venir : loisirs, transport, alimentation, sécurité, santé, domicile, habitat, assurance, téléphonie, internet, sport... Ces adaptations seront porteuses de croissance et d'emplois non-délocalisables, qui favoriseront l'attractivité économique de notre territoire.

Grand froid : les bons réflexes !

Pendant la saison hivernale, protéger son logement du grand froid et par la même occasion sa santé sont indispensables. Parce qu'il vaut mieux prévenir que guérir, rappelons quelques bons réflexes !

- Si n'est pas déjà fait, **purgez vos radiateurs**. Pour éviter toute déperdition d'énergie, entretenez-les en les purgeant et dépoussiérant. La poussière accumulée dans vos radiateurs diminue leur efficacité. De plus, évitez d'y mettre des objets devant car ils encombreront la bonne diffusion de la chaleur.
- Si vous utilisez des chauffages d'appoint, **veillez à ne pas les faire fonctionner plus de deux heures consécutives**, et dans tous les cas, soyez toujours présent pour réagir en cas de départ d'incendie.
- Ouvrir les fenêtres 5 à 10 minutes même lorsque la température devient négative, **OUI c'est important !** Bien ventiler sa maison ou son appartement va permettre d'évacuer le dioxyde de carbone, éviter que les mauvaises odeurs et produits polluants stagnent dans les différentes pièces de la maison et empêcher que la vapeur d'eau ne condense et ne forme des moisissures sur les murs.
- Entretenez votre chaudière ! Cela permettra d'éviter les intoxications au monoxyde de carbone, d'assurer la meilleure durée de vie à l'appareil et de vous assurer qu'il rejette le moins de CO2 possible.
- Conserver une température aux alentours de 20° à 22° à votre domicile durant la journée, pas plus. En effet une température trop élevée chez soi n'est pas bon ni pour votre corps ni pour la planète. La nuit, la température idéale pour bien dormir est comprise entre 18° et 20° pour les plus frileux.

La recette d'hiver qui réchauffe !

LE BUTTERNUT (LA COURGE MUSQUÉE) EST UNE EXCELLENTE SOURCE DE VITAMINE A !



Le « butternut » est le fruit d'une plante potagère de la famille des Cucurbitacées qui regroupe également les melons et le concombre. C'est une excellente source de vitamine A : elle contribue à la croissance des os et des dents, maintient la peau en bonne santé et protège contre les infections. De plus, elle joue un rôle antioxydant et favorise une bonne vision, particulièrement dans l'obscurité. La courge musquée est également riche en bêta-carotène et bêta-cryptoxanthine, qui limitent le stress oxydatif et les radicaux libres, des molécules responsables du vieillissement de nos cellules. Le bêta-carotène pourrait également améliorer certaines fonctions du système immunitaire.



Velouté de lentilles corail et butternut

Recette pour : 4 personnes

Préparation : 10 mn

Cuisson : 20 mn

Il faut :

400 g de butternut ou de potiron
120 g de lentilles corail
1 oignon
10 cl de lait de coco ou de la crème fleurette
1/2 cube de bouillon de volaille
2 c à c d'huile d'olive
1 pincée de cumin en poudre
2 brins de coriandre
50 cl d'eau
sel et une pincée de piment d'Espelette

Préparation :

Rincer les lentilles puis les égoutter. Peler le butternut, puis le couper en cubes.
Peler et émincer l'oignon.
Faites fondre les oignons dans un peu d'huile d'olive, mais sans coloration, puis saupoudrer de cumin, ajouter les cubes de butternut et les lentilles, remuer 3 min à la spatule.
Verser dessus la 1/2 tablette de fond de volaille avec 50 cl d'eau chaude, porter à ébullition, puis baisser le feu et ajouter le lait de coco, le sel et le piment d'Espelette, couvrir et laisser cuire 20 mn
Mixer en velouté, le parsemer de coriandre et... bon appétit !

Seniors et smartphones : connexion en cours

Sept ans après la commercialisation du premier iPhone, le marché du smartphone a mûri. Si 90% des 18-24 ans possèdent un smartphone, 35% des Français âgés de 60 à 69 ans et 15% des plus de 70 ans* en sont également équipés. La progression a été rapide : les plus de 70 ans ne possédaient pas de smartphone en 2011. Il n'en reste pas moins que pour ces utilisateurs, un smartphone se doit d'être facile à utiliser.

Les seniors n'ont pas les mêmes attentes en matière de téléphonie mobile. Ils ne recherchent pas un bijou technologique mais plutôt un objet solide, fiable et facile d'utilisation. Téléphone, réseaux sociaux, appareil photo, mp3, télévision, journal, magasin..., autant de fonctions que le smartphone remplit aujourd'hui. Bien qu'ils ne soient pas forcément réfractaires aux nouvelles technologies, les seniors jugent cette multitude de fonctionnalités comme non essentielle. Ils veulent être connectés oui, mais via un appareil qui leur est accessible. Les seniors ont, pour la plupart d'entre eux, des besoins simples et un usage familial du téléphone portable. Ils l'utilisent avant tout pour téléphoner et envoyer des SMS, lire leurs mails, suivre les actualités, regarder la météo et consulter leurs comptes bancaires. Les smartphones peuvent également être utilisés en tant qu'outil de téléassistance pour renforcer la sécurité et rassurer ses proches BIP CONNECT (voir au bas de page) répond d'ailleurs à une solution de ce type.

Smartphones adaptés : bonne idée ?

Nous avons tous pataugé un jour ou l'autre avec notre smartphone. On peut donc facilement imaginer à quel point cela peut devenir ardu quand on a des problèmes de vue, les doigts raidis par l'arthrite ou encore plus simplement lorsqu'on n'a pas grandi ou travaillé en utilisant les nouvelles technologies. En effet, si l'utilisation du smartphone devient rapidement instinctive pour beaucoup, la "moins" jeune génération, quant à elle, la juge souvent trop complexe. Pourtant, la majorité des seniors déclarent être prêts à remplacer leur

téléphone portable actuel par une version connectée. Pourquoi ? Pour ne pas rester sur le banc de touche. Et parce qu'ils ont, avant tout autre chose, le besoin de rester en contact avec leurs proches, enfants, petits-enfants, de plus en plus équipés en smartphones. Certains constructeurs ont donc sorti des smartphones spécialement adaptés aux besoins des seniors : interface simplifiée, écran plus grand, touche d'assistance, compatibilité avec une large gamme d'appareils auditifs... Pour Jean-Marie, 70 ans, bénévole rattaché au service animations et prévention santé d'APALIB, et qui anime des sessions "initiation à l'utilisation d'un smartphone" dans le Sundgau, ces smartphones ne sont pas forcément les mieux adaptés à tous les seniors. « Lors des ateliers que j'anime, beaucoup de personnes arrivent avec un smartphone qui leur a "mal" été conseillé. L'idéal serait qu'elles s'inscrivent au cours avant d'acheter leur portable », nous explique-t-il.

Apprendre à utiliser son smartphone avec APALIB'

Une période d'apprentissage est incontournable lorsqu'on utilise un smartphone pour la première fois, et même parfois lorsqu'on en change (nouvelle marque...). Et dans ces moments-là, un peu d'aide pour les plus anciens d'entre nous est la bienvenue ! Le service Animations et Prévention Santé d'APALIB' qui, depuis des années, propose aux seniors des activités dédiées aux nouvelles technologies, a repéré cette difficulté et a décidé d'y remédier en proposant des cours d'initiation à l'utilisation d'un smartphone. En moyenne, la session

de deux séances coûte 24€. Ces cours sont pour l'instant proposés à Colmar, Mulhouse et dans le Sundgau. Nicolas, 22 ans, en service civique au sein de La Maison du Temps Libre à



Jean-Marie SEVRAIN, bénévole, et Nicolas REMY, service civique

Mulhouse, anime, à l'instar de Jean-Marie, des ateliers multimédias dont ceux dédiés à l'utilisation des smartphones. Pour lui, « les seniors sont de plus en plus demandeurs de ce genre d'ateliers. Le format individuel marche beaucoup. Ainsi, ils ne se confrontent pas aux regards des autres, n'ont pas peur de poser une question ». Et Jean-Marie de rajouter : « Les sessions en groupe marchent bien également car nous fonctionnons sur le principe d'un formateur par élève, avec cinq élèves maximum. Les personnes écoutent ce que disent les autres, les questions qu'ils posent, et ça les aide encore plus ».

Le saviez-vous ?

Google a lancé "BIG Launcher" : une application Android visant à faciliter l'utilisation de ces smartphones. Cette application rend les téléphones (et tablettes), conçus sous Android 2.1 ou supérieure, utilisables par les seniors, les enfants et les personnes souffrant de maladies oculaires ou atteints de cécité totale, et celles atteintes de problèmes moteurs.

BIP CONNECT : demandez une démonstration gratuite à domicile au 03 89 31 54 32

Renseignements pour suivre une session "initiation à l'utilisation d'un smartphone" : 03 89 42 05 24

*Chiffres CREDOC 2015

HOP n'GO livre vos courses à domicile !

Vous commandez vos courses sur Internet mais n'avez pas le temps de les récupérer au drive ou, tout simplement, vous n'avez pas de voiture ? Et s'il était possible de vous livrer vos courses, après les avoir commandées sur internet ?

Le phénomène « Drive » !

Depuis les années 2010, le phénomène "drive*" prend de plus en plus d'ampleur ! Apanage des enseignes de fast-food, les grandes surfaces ont toutes voulu proposer cette nouvelle manière de faire ses courses. Fini les files d'attente interminables devant la caisse et les recherches laborieuses d'un produit au milieu des rayons. Aujourd'hui, il est possible de faire ses courses depuis son canapé. Il suffit d'avoir une connexion Internet sur son ordinateur, téléphone, tablette, et de se connecter sur le site web du distributeur le plus proche, pour faire ses choix parmi une sélection d'articles, et passer sa commande en ligne. Ensuite il ne restera plus qu'à définir l'heure et le jour de récupération de ses achats, et d'aller récupérer ses courses au "drive", c'est à dire au "point de retrait". Mais comment faire lorsqu'il est compliqué de se déplacer ?

Découvrez HOP n'GO, un nouveau service d'APALIB' !

« L'idée de créer Hop n'Go m'est venue lorsque j'ai pensé à mes parents qui vieillissent. Comment vais-je pouvoir les aider lorsqu'ils seront dans l'incapacité

de se déplacer, si moi-même je n'arrive pas à trouver le temps de récupérer mes courses ? » explique Marie STUTZ, créatrice d'HOP n'GO au sein du Réseau APA. Depuis 2016, l'équipe d'HOP n'GO développe, en effet, une solution permettant la livraison des courses à domicile après une commande effectuée sur le site internet **coursesu.com**. Le but de ce nouveau service ? Faciliter la vie des personnes ayant une activité professionnelle très prenante par exemple, ou celles non véhiculées, enceintes, âgées ou souffrant d'un handicap, etc. C'est une réelle opportunité pour les personnes âgées de garder leur autonomie et de décharger leurs enfants au quotidien.

Un premier partenariat a été établi avec l'Hyper U de Colmar : il est dorénavant possible de se faire livrer ses courses après avoir passé sa commande, en cochant simplement l'option "livraison avec HOP n'GO" sur le site internet. Les clients de ce nouveau système peuvent choisir l'heure de livraison puis payer

en ligne. Un forfait de 11 euros sera demandé par livraison, mais qui ne reviendra qu'à 5,5 euros dans la mesure où Hop n'GO est compatible avec le crédit/réduction d'impôts de 50% sur la livraison dans le cadre d'une offre globale des services à la personne.

« J'ai commencé à utiliser Hop n'Go il y a deux mois, et depuis je m'en sers toutes les semaines. Et puis j'aime bien voir le livreur, ça fait un peu de visite dans la semaine. » explique Martine, 75 ans, de Colmar. « Grâce à cette nouvelle solution, les personnes isolées vont aussi pouvoir créer du lien avec l'extérieur » explique Marie STUTZ.

Prochainement HOP n'GO va proposer ses services à d'autres Super/Hyper U en Alsace. Et si vous préférez faire vos courses en magasin, les aides à domicile APAMAD, sont toujours là pour vous véhiculer et vous accompagner à travers les rayons du magasin !

A savoir

Vous ne savez pas comment utiliser votre ordinateur ou tablette pour faire vos courses en ligne ? lire notre article p.13 !

* Drive : Le terme de drive désigne généralement un point de retrait de biens ou de marchandises au sein duquel le client prend livraison de ses articles directement au sein ou à proximité de son véhicule.

Comment se faire livrer ses courses à domicile ?

1



Se connecter sur internet

2



Faire ses courses sur coursesu.com de l'HYPER U Colmar

3



Choisir la livraison avec HOP n'GO

4



Payer en ligne

5



Etre livré à domicile

S'engager dans la lutte contre l'isolement

APALIB', association membre du Réseau APA, met en œuvre, depuis plus de 10 ans, des actions de lutte contre l'isolement. Présente à tous les âges de la vie mais devenant plus marquante pour les personnes âgées, la solitude peut toucher n'importe qui à tout moment.

Naissance d'un nouveau bénévolat

Beaucoup d'actifs n'arrivent pas à trouver le temps de s'investir bénévolement en raison de leurs obligations professionnelles et familiales. APALIB' s'est alors lancée un défi : créer une nouvelle dynamique d'entraide à destination des personnes âgées et fragilisées, tout en étant à l'écoute de ce public qui souhaite s'impliquer dans le bénévolat de manière occasionnelle, à la carte. Une nouvelle forme de bénévolat est entrain d'émerger...

Mise en place d'un communauté

Ainsi, en partenariat avec Vialis, entreprise solidaire avec laquelle APALIB' partage des valeurs communes, et en collaboration avec la Ville de Colmar et son Centre Communal d'Action Sociale, APALIB' convaincue que par des gestes simples naissent aussi des actes forts, vient de lancer une nouvelle initiative sur Colmar : **"Voisins solidaires, une nouvelle ère"**. Une nouvelle ère comme une nouvelle approche du bénévolat, celle de la proximité, celle du voisinage. Imaginez un lieu, au sein de votre quartier, où chaque citoyen, quel qu'il soit, puisse s'investir dans une action bénévole en fonction de sa disponibilité et à la fréquence qu'il souhaite. Pour Xavier MÉDARD, chargé de développement contre l'isolement social, il s'agit de « fédérer tout le monde dans le but d'aller rendre des services de quelques minutes : aller acheter une baguette de pain, chercher le courrier à la boîte aux lettres, arroser les plantes, changer une ampoule... ». Brigitte HIRSCH, 65 ans, recrutée il y a peu pour intervenir au sein de cette communauté solidaire n'avait jamais fait de bénévolat auparavant. « Lorsque Xavier m'a expliqué le concept, j'ai tout de suite dit oui. Je suis retraitée mais je fais beaucoup de choses, j'ai de nombreuses



Brigitte HIRSCH, bénévole, et Xavier MÉDARD, Chargé de développement contre l'isolement social

activités. Je peux néanmoins me libérer quelques instants dans la semaine, et ainsi apporter mon aide à des personnes qui en ont besoin. Un jour peut-être, j'aurais besoin d'un peu d'aide à mon tour », nous explique-t-elle.

Cette belle initiative s'adresse, pour l'instant, aux résidents colmariens. Les personnes qui travaillent à Colmar sans pour autant y vivre peuvent également devenir bénévole au sein de la communauté. « Pourquoi ne pas laisser la possibilité à des salariés colmariens de donner un peu de leur temps pendant leur pause déjeuner ou après leur travail s'ils le peuvent et le souhaitent ? ! », précise Xavier MÉDARD.

Rien qu'à Colmar, le projet pourrait rapidement améliorer le quotidien d'environ 200 personnes isolées et/ou fragilisées. Si succès il y a, il sera mis en œuvre dans d'autres communes.

Devenir bénévole

Rejoindre les "Artisans du lien" ou le projet "Voisins solidaires, une nouvelle ère" : 03 89 23 23 02.

Rencontrer

Soutenir

Découvrir

S'entraider

S'informer

Sourire

PLUS proche PLUS SOLI DAIRE



70 ans
Réseau APA

À vos côtés depuis 1947

www.reseau-apa.fr