



# CODERPA 86

## info

n°10 février 2017

### Editorial

Rentrer dans la retraite c'est avancer dans son vieillissement et c'est modifier ses capacités quotidiennes.

Si l'on est attentif à ces changements, on peut les prévenir pour en tirer les éléments les plus positifs par des ateliers, des activités proposées aussi bien sportives qu'intellectuelles, mais aussi conviviales pour éviter l'isolement, sans oublier les relations avec les jeunes et les petits enfants.

Ce sont les thématiques que vous trouverez dans ce journal.

A vous ensuite d'aller plus loin sur les sujets qui vous concernent.

Nous espérons que vous avez passé de bonnes fêtes de fin d'année et vous présentons tous nos meilleurs vœux.

Bonne lecture.

M<sup>me</sup> Reine PAPILLON  
Vice-Présidente du CODERPA  
coderpa@departement86.fr

### Sommaire

- Personne de confiance et directives anticipées
- Des activités pour vous : les ateliers cord'ages
- Des repères pour vos petits enfants : alimentation, activité physique, écrans, sommeil
- Les résidences-autonomie : Liste des prestations minimales

## Personne de confiance et directives anticipées

*Dans le cadre de la Semaine Bleue, le CODERPA a proposé une conférence sur ce thème, animée par Mélanie Thibault, juriste au CHU de Poitiers. Nous étions 76 personnes venues l'écouter, voici ce qu'on peut en retenir.*

LA SEMAINE BLEUE

Penser à la fin de sa vie n'est pas une chose facile, mais avoir prévu la façon dont on souhaite qu'elle se déroule peut être rassurant. Au moment d'une entrée à l'hôpital il vous sera demandé si vous avez désigné une personne de confiance : celle qui pourra vous assister lors des consultations médicales et qui portera vos volontés lorsque vous ne serez plus en mesure de le faire vous-même.

Cette personne doit recueillir vos souhaits et les faire savoir aux soignants qui vous prendront en charge tout en respectant la confidentialité. Elle peut être un ami, un membre de votre famille (mais ce n'est pas obligatoire) ou un médecin...

Elle n'est pas forcément la personne à prévenir. Elle sera consultée par le personnel médical, ainsi que la famille mais les décisions vous concernant seront prises collégalement par l'ensemble des soignants.

Pour faciliter leur tâche, des directives anticipées peuvent être rédigées par vous, quand vous êtes en mesure de vous exprimer après y avoir mûrement réfléchi. Si vous ne pouvez plus écrire, le formulaire peut être rempli par 2 témoins et signé par eux. Ces directives portent sur la fin de vie et doivent être respectées à la lettre, elles n'ont pas de limite de validité mais peuvent être révisées à tout moment. Elles seront détenues par vous, la personne de confiance que vous aurez désignée ou votre médecin et seront versées à votre dossier médical lors d'une première hospitalisation. Il est important qu'elles soient facilement accessibles.

Si vous souhaitez prendre connaissance des textes légaux à ce sujet, ils figurent aux articles L. 1111-11 et R. 1111-18 et R. 1111-19 du code de la santé publique sur le site internet :

[www.legifrance.gouv.fr](http://www.legifrance.gouv.fr)

# Des activités pour tous proposées par le CIF-SP : Ateliers Cord'âges

(CIF-SP : Centre d'Information et de Formation des Services)

*Rencontres, loisirs et stimulations*

**"Il n'y a pas d'âge pour le part'âge"**



**Pour qui ?** pour toutes les personnes âgées de 60 ans et plus qui ressentent le besoin et l'envie de partager un moment de convivialité, d'échanges et de découvertes, souffrant d'isolement, de pathologies type Alzheimer, Parkinson, dépression, vivant au domicile ou en structures.

**Les ateliers :** jardinage, mode et bien-être, cuisine, piscine, pratiques artistiques, relaxation, revue de presse, sorties culturelles, stimulation physique, stimulation sensorielle, initiation au numérique, pause-café, temps convivial. Deux nouveaux ateliers : un atelier cirque sous le chapiteau de la Compagnie Octave Singulier et un atelier golf adapté au golf de Mignaloux-Beauvoir.

**Quand ?** du lundi au vendredi, tous les après-midis de 14h00 à 17h00.

**Où ?** - à l'ApparT Appt.5, 20 rue de la Clouère à Poitiers (quartier des Couronneries), les lundi, mardi, mercredi et vendredi,  
- à la Maison de la Gibauderie (111 rue de la Gibauderie à Poitiers)  
ou à la Faculté des Sports de Poitiers (8 allée Jean Monnet - Bât C6 à Poitiers) le jeudi.

**Inscription** Il est demandé aux usagers de s'inscrire en début de mois ou en début de semaine :  
CIF-SP 3 rue Georges Servant - 86000 Poitiers  
05 49 37 07 78 - mail [bientraitance@cif-sp.org](mailto:bientraitance@cif-sp.org) - <https://facebook.com/cif-sp.org>

**Tarifs** Une adhésion pour l'année (5 euros minimum)

- Tarif 1 : si vous n'êtes pas imposable 1 euro/séance
- Tarif 2 : si vous estimez avoir des revenus moyens 5 euros/séance
- Tarif 3 : si vous estimez avoir des revenus satisfaisants 8 euros/séance

# Des repères pour mes petits enfants

*Alimentation, activité physique, écrans, sommeil*

Les modes de vie évoluent sans cesse, les relations grands-parents / petits-enfants changent également au profit d'une plus grande complicité, facilitant la transmission de message de prévention et permettant d'apporter du soutien sur les enjeux de santé.

Comment faire pour garantir une santé optimale à vos petits-enfants ? Quels messages faire passer ?



› Guides téléchargeables sur <http://inpes.santepubliquefrance.fr>



› Infos sur <http://www.yapaka.be>



› Infos sur : <http://www.escape-lifestyle.com>  
<http://www.reseau-morphee.fr/wp-content/plugins>

<http://inpes.santepubliquefrance.fr>  
<http://www.le-sommeil.com/le-jeu-des-7-erreurs-du-sommeil>

**Pour plus de renseignements, contactez l'antenne de l'IREPS  
(Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la santé en Poitou Charentes)  
de votre département (Poitiers - tél : 05 49 41 37 49).**

# Après les foyers-logements, les résidences-autonomie

En application de la nouvelle loi ASV (Loi d'Adaptation de la Société au Vieillessement) du 29 décembre 2015, les foyers logements changent d'appellation et deviennent progressivement des résidences-autonomie.

Les résidences-autonomie sont appelées à jouer un rôle plus important dans la prévention de la perte d'autonomie avec en contrepartie un forfait autonomie distribué par le Département (cet argent vient de la CNSA : Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie au titre des concours financiers de la CNSA attribués dans le cadre de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie).

Ce forfait servira au financement d'actions individuelles ou collectives visant à maintenir ou à entretenir les facultés sensorielles, motrices et psychiques et à repérer les difficultés sociales des résidents.

Est aussi ouverte par cette mesure la promotion des comportements de nature à prévenir la perte d'autonomie : nutrition, mémoire, sommeil, activités physiques, prévention des chutes.



> Résidence-autonomie «L'âge d'or» à Lençloître

Les résidences-autonomie pourront aussi accueillir des personnes handicapées, des étudiants ou des jeunes travailleurs à hauteur de 15% de la capacité autorisée.

Les résidences-autonomie ont jusqu'en 2021 pour être en mesure de proposer à leurs résidents des prestations minimales, individuelles ou collectives, qui concourent à la prévention de la perte d'autonomie.

## La liste des prestations minimales offerte par les résidences Autonomie est la suivante :

- I.** Prestations d'administration générale :
  - Gestion administrative de l'ensemble du séjour, notamment l'état des lieux contradictoire d'entrée et de sortie
  - Elaboration et suivi du contrat de séjour, de ses annexes et ses avenants.
- II.** Mise à disposition d'un logement privatif, au sens de l'article R. 111-3 du code de la construction et de l'habitation, comprenant en sus des connectiques nécessaires pour recevoir la télévision et installer le téléphone.
- III.** Mise à disposition et entretien de locaux collectifs en application de l'article R. 633-1 du code de la construction et de l'habitation.
- IV.** Accès à une offre d'actions collectives et individuelles de prévention de la perte d'autonomie au sein de l'établissement ou à l'extérieur de celui-ci.
- V.** Accès à un service de restauration par tous moyens.
- VI.** Accès à un service de blanchisserie par tous moyens.
- VII.** Accès aux moyens de communication, y compris Internet, dans tout ou partie de l'établissement.
- VIII.** Accès à un dispositif de sécurité apportant au résident 24h/24h une assistance par tous moyens et lui permettant de se signaler.
- IX.** Prestations d'animation de la vie sociale :
  - Accès aux animations collectives et aux activités organisées dans l'enceinte de l'établissement,
  - Organisation des activités extérieures

Si vous avez besoin d'informations, quel que soit votre lieu de résidence, adressez-vous :



CODERPA DGAS 39 rue de Beaulieu  
86034 POITIERS CEDEX  
coderpa@departement86.fr  
05 49 45 55 50



Département de la Vienne  
Place Aristide Briand - CS 80319  
86008 Poitiers Cedex  
05 49 55 66 00

