Mairie de Journal La Mée Châteaubriant

http://www.journal-la-mee.org/270-personnes-agees-accueil-de-jour

ORPAC 2004

Personnes âgées : Accueil de jour, retraites

- Châteaubriant - Personnes âgées, ORPAC -

Date de mise en ligne : mardi 23 mai 2006
Mise à jour le : mercredi 18 juillet 2012

Journal La Mée Châteaubriant

Copyright © Mairie de Journal La Mée Châteaubriant

Sommaire

- Personnes âgées, ORPAC 2004
- PROJETS 2005

Personnes âgées, ORPAC 2004

ORPAC : office des retraités et personnes âgées. **L'Assemblée Générale du 5 avril 2005 a permis de faire le point sur les activités.**

L'O.R.P.A.C. comptait 507 adhérents en 2004. L'âge moyen des adhérents se situe aux alentours de 72 ans.

Années	2003	2004
Hommes	143	142
Femmes	392	365
Total	535	507

Il y a donc eu une petite baisse des adhérents en 2004, essentiellement chez les femmes.

Nouveaux adhérents :

Années	2003	2004
Nombre	73	62
Age moyen	67	63

Les nouveaux adhérents (autour de 12 % chaque année) ont rajeuni l'ensemble.

Les activités qui ont attiré le plus les nouveaux adhérents sont :
– la micro-informatique avec pratiquement 43 % de nouveaux inscrits,
– la sophrologie, le Tai Chi Chuan, la chorale et les randonnées.

« On voit apparaître un manque d'intérêt des nouveaux retraités pour l'engagement bénévole qui ne représente que 1 % en 2004. Alors que les anciens adhérents représentent presque 20 % de bénévoles actifs dans l'association. C'est

Copyright © Mairie de Journal La Mée Châteaubriant

un aspect préoccupant, qui peut expliquer l'insuccès de la mise en place du groupe de visiteurs bénévoles à domicile » dit l'ORPAC.

Activités nouvelles

Pour la première fois l'O.R.P.A.C. a mis en place un atelier de sophrologie en 2004 pour une vingtaine de personnes. Il s'agit de l'apprentissage de techniques simples pour se ressourcer et se détendre. L'objectif étant de trouver son équilibre physique et psychologique. A l'issue des 10 heures du 1er niveau, une dizaine de participants a souhaité entreprendre le 2e degré de sophrologie qui a commencé début 2005.

Suite à la semaine sur la sécurité routière de 2003, une initiation aux premiers secours a été suivie par 8 personnes qui ont pris conscience de l'importance de la rapidité et des bons gestes à effectuer lors d'un accident sur la route, d'une chute à la maison ou de malaises.

Etre bien dans sa peau, accepter ses rondeurs, son visage qui change n'est pas toujours évident. Le Forum « Look et bien-être » organisé en 2003 par diverses structures de Châteaubriant, a incité l'ORPAC à proposer un atelier de soins socio-esthétiques qui a permis à plusieurs personnes d'aborder les formes, les couleurs adaptées aux différentes morphologies, aux différents visages et couleurs de peau. Le maquillage, les différents produits de beauté à utiliser ou à ne pas utiliser.

Tout au long de ses séances, le groupe a pu poser des questions à Pascaline FORGET, socio-esthéticienne au Centre hospitalier de Châteaubriant.

Activités traditionnelles

Les activités de Taï Chi Chuan (art corporel d'origine orientale), Chorale, Foyer, après-midi détente, voyages, palets, se sont poursuivies à la satisfaction des participants.

Pour certains l'image de joueurs de cartes, de scrabble, de petits chevaux, fait sourire. Pour nombre de ceux qui viennent jouer tous les mardis et vendredis, c'est beaucoup plus qu'un simple jeu, c'est « la » sortie de la semaine. Elle évite en partie le repli sur soi, la solitude et le risque de se couper des autres. Vaut mieux ça que de cultiver, chez soi, le vague à l'âme.

L'O.R.P.A.C. en 2004 a participé pour la quatrième fois à la Foire de Béré, pour informer le public sur les activités de l'association et ...enregistrer de nouvelles adhésions.

97 randonnées en 2004 ont permis à plus de 1 500 participants de parcourir les nombreux itinéraires du Pays de Châteaubriant

En collaboration avec le Collège de la Ville aux Roses, qui prête sa salle multimédia, l'ORPAC a pu mettre en place en 2004 un stage d'initiation et de perfectionnement à l'utilisation d'un micro-ordinateur et du traitement de texte et une découverte d'internet, pour une quinzaine de personnes

Intergénération

« Peut on envisager qu'à travers l'ORPAC le contact avec les jeunes générations soit un moyen d'intégration ? » Telle

Copyright © Mairie de Journal La Mée Châteaubriant

est la question que se sont posé des élèves du lycée Guy Moquet. Suite à quoi a eu lieu une rencontre avec des élèves de CE1 autour d'objets anciens récoltés par les enfants et les retraités. Les gamins ont moulu du café et écouté les explications des anciens sur les différents outils.

L'après midi s'est poursuivie avec des jeux de société et une galette des rois.

Une autre action intergénération a vu le jour en 2004 : des retraités de l'ORPAC, en partenariat avec des élèves de la Trinité, ont participé à une émission de radio, les jeunes se relayant pour interroger les aînés : quel est votre chanteur préféré ? Comment avez-vous fait pendant la canicule ? Et bien d'autres questions ...

Mémoire

Frédéric Damour, conseiller psychosocial, anime un atelier mémoire tous les 15 jours à raison de 10 séances de 2 heures chacune. Un groupe de 12 personnes suit fidèlement les séances et ce depuis 3 ans. Cette troisième année est liée à l'histoire personnelle des participants. Le fil conducteur des différentes séances est la réalisation d'un recueil de vielles recettes de cuisine. Il n'est jamais trop tard pour entretenir sa mémoire et l'améliorer.

Personnes à mobilité réduite

L'équipe de bénévoles qui s'occupe des personnes à mobilité réduite (PMR) est toujours présente mais vieillit et espère une relève

Huit sorties en 2004 : galette des rois, restaurants, théâtre, séjour de quelques jours à la Baule, Visite du zoo de « La Boissière du Doré ». La participation a été de 19 à 90 personnes par sortie. « Nous remercions tous ceux qui nous ont aidés à organiser ces programmes et aux personnes qui ont compris l'importance sociale de ces rencontres. »

Aide aux aidants

Voilà plus 7 ans que l'O.R.P.A.C. mène des actions d'aide aux aidants familiaux. « Ce choix d'aider les aidants familiaux, nous paraît fondamental car l'aidant familial est le pivot fondamental du maintien à domicile du parent ou du conjoint. Une fragilisation de cette base de la coordination et c'est la remise en cause du maintien à domicile avec risque d'hospitalisation ou d'entrée en institution. » dit l'ORPAC.

L'O.R.P.A.C. sollicite chaque année une subvention du Conseil Général sur l'axe de la prévention et de l'aide aux aidants. En concertation avec les Instances locales de gérontologie l'O.R.P.A.C. établit un programme et s'occupe de trouver les intervenants avec décentralisation sur les trois Communautés de Communes du Pays de Châteaubriant.

L'ORPAC pense organiser des rencontres ponctuelles au cours de l'année :

– Un kinésithérapeute ou un centre de soins présente les gestes simples de manutention et de prévention.
– Un médecin gériatre donne des éléments de connaissance sur telle ou telle pathologie.
– Un ergothérapeute ou personnes compétentes dans l'aménagement et l'accessibilité du logement.

Mais aussi :
– La maltraitance et la bientraitance
– Prévention des troubles auditifs et visuels

Copyright © Mairie de Journal La Mée Châteaubriant

– La dépression et la solitude
– Chutes

En octobre 2004, l'O.R.P.A.C. a participé activement à la préparation et la diffusion de la communication sur la prévention des chutes chez les personnes âgées, opération à l'initiative des Mutuelles de Loire Atlantique. Plus d'une centaine de personnes présentes à la conférence et plus de 20 participants aux 6 ateliers « Equilibr'Age » animés par une kinésithérapeute. Il faut noter que les chutes représentent plus de 40 000 accidents et 9 000 morts par an.

L'ORPAC a travaillé aussi sur la maladie de Parkinson

Depuis plus de 2 ans, l'O.R.P.A.C. est sollicité régulièrement par des personnes âgées ou leur famille, pour trouver des aides à domicile. Il peut fournir des indications précises. Seize personnes ont pu trouver un emploi partiel auprès d'une quinzaine de personnes âgées soit pour un travail définitif ou pour des remplacements temporaires.

PROJETS 2005

Visiteurs bénévoles à domicile

L'O.R.P.A.C. soucieux d'apporter des réponses adaptées aux conditions de vie des personnes âgées, souhaitait mettre en place un service d'aide aux personnes âgées isolées socialement et géographiquement. Ce service aurait pour objectifs, de tenir compagnie, d'aider à des sorties extérieures, de faire la lecture, de jouer, de stimuler les personnes, d'aider les personnes dans des petites démarches administratives...

Une demande réelle existe. Il est nécessaire de constituer un groupe de bénévoles formés et encadrés par un professionnel qui soit le garant d'une charte d'accompagnement respectant une déontologie stricte.

Mais la difficulté a été de recruter des bénévoles pas assez nombreux pour constituer un groupe solide qui s'impliquerait dans la durée et la régularité des visites à domicile.

D'autres solutions alternatives (mais moins satisfaisantes) sont à l'étude pour 2005.

Atelier sécurité routière

L'O.R.P.A.C. réitère pour 2005 une semaine sur la sécurité routière, suite à 2003, où plusieurs réunions d'informations avaient rassemblé plus de 200 personnes. Les objectifs :

– Revoir le code de la route et ses nouvelles applications.
– Permettre aux retraités d'évaluer et si besoin réadapter leur conduite aux nouvelles conditions de circulation.
– De se sentir en sécurité dans les nouvelles conditions actuelles de circulation. Il est donc prévu d'organiser :
– Des stages de code.
– Des stages de conduite.

Conseil des jeunes

Copyright © Mairie de Journal La Mée Châteaubriant

Suite à une demande du conseil d'administration de l' O.R.P.A.C., le conseil municipal des jeunes de la ville de Châteaubriant, se propose de préparer avec l'aide de la commission « Personnes à mobilité réduite » un après midi récréatif, pour la galette des rois de 2005.

ORPAC, rue Denieul et Gatineau
Tél 02 40 81 06 22-Châteaubriant

Inégalités sociales voir document ci contre
Télécharger le document : Espérance de vie format pdf de 149.6 kilo octets

Copyright © Mairie de Journal La Mée Châteaubriant