GÉNÉRATIONS

Le magazine des retraités

Avril 2018 N°60

GARGES
Centre Communal d'Action Sociale
Bien vivre sa retraite

Au printemps,

faites comme les fleurs :

épanouissez-vous !

Sommaire

Heures d'ouverture du Service Inter-Âge et Maintien à Domicile

Du lundi au mercredi :
8h30 - 12h et 13h - 17h30
Le jeudi : 13h - 20h
Le vendredi : 13h - 17h30

(Attention : fermeture des portes 15 min avant)

✆ 01 34 53 32 23
Courriel : seniors@villedegarges.com

3 ÉDITO

4 RETOUR EN IMAGES
Les sorties du dernier trimestre

6 JE PRENDS SOIN DE MOI
Acouphènes, késako ?

7 JE M'INSCRIS À ...

11 JE M'INFORME
Dons, donations et legs, est-ce la même chose ?

13
PARLONS-EN
Ensemble 2 générations

14
ZOOM SUR
La Maison Des Usagers du centre hospitalier de Gonesse (MDU)

16 PAROLES DE ...

18 ACTUALITÉS

19 SORTIR À GARGES

Edith Cresson à Garges pour la journée de la Femme

Le 8 mars dernier, Edith Cresson était présente lors de la conférence dans le cadre de la Semaine de la Femme, au Salon d'Honneur de l'Hôtel de Ville. Cette femme engagée politiquement a été, entre autres, Premier Ministre de mai 1991 à avril 1992. Edith Cresson a été invitée pour prendre part à ce débat en présentant son expérience et en répondant à différentes questions. Le but de cette conférence était de mettre en perspective les problèmes de la place des femmes dans la société française.

Edith Cresson

« Ce qui est quand même dommage, c'est qu'à notre époque nous soyons encore à nous battre sur ce terrain-là. Ça devrait être réglé depuis longtemps et ne devrait même pas être une interrogation. »

Trimestriel
Directeur de la publication : Maurice Lefèvre • Administration, rédaction : Direction de la Communication et des Relations Publiques de la ville de Garges-lès-Gonesse
Conception/Réalisation : CPP • Photos : DR / Pixabay / Benoit Billard
Adresse service – 8 Place de l'hôtel de ville – 95140 Garges-lès-Gonesse ✆ 01 34 53 32 23 • email : communication@villedegarges.com
IMPRIM'VERT® Imprimé sur du papier recyclé - non PEFC • Tirage en 3000 exemplaires
WWW.VILLEDEGARGES.FR

En route vers les beaux jours…

Nous avons passé, cette année, un hiver rude et froid avec son lot d'intempéries qui ont marqué les esprits. L'arrivée du printemps était attendue avec impatience mais elle s'est montrée frileuse et timide… Une chose est sûre, les beaux jours à venir mettront du baume au cœur !

C'est pourquoi je vous invite à consulter les nombreuses activités proposées et adaptées spécialement pour vous. Un seul mot d'ordre : sortez ! Il reste important de garder à l'idée, que le bien-être passe par des moments uniques et de lâcher-prise. Il est grand temps de prendre du temps pour vous et ceux que vous aimez.

N'oubliez personne, ni vos amis à quatre pattes ! Des solutions sont à la portée de tous pour les faire voyager, les faire garder et leur faire passer de bonnes vacances.

Je vous souhaite à tous un printemps épanouissant !

Maurice LEFÈVRE, *votre Maire*

Maurice LEFÈVRE
Maire de Garges-lès-Gonesse
et Président du CCAS

Jean PARÉ
Adjoint au Maire délégué aux Affaires sanitaires et sociales et au Logement
Vice-président du CCAS

Françoise FAUCHER
Adjointe au Maire déléguée aux Retraités et à l'Intégration

Le chiffre

1600

c'est le nombre de personnes présentes aux cérémonies des vœux aux retraités du 15 au 18 janvier dernier.

La photo

Le 17 février dernier, les bénévoles de l'École du Temps Libre et du Bien vieillir ont été nommés en catégorie « Coup de cœur » de l'année, par France Bénévolat, lors des Trophées du bénévolat. Bravo !

Les activités du dernier trimestre en images

Repas annuel des seniors

Dans une ambiance festive, un décor magnifique et fleuri, les seniors ont pu cette année, fêter tous ensemble la nouvelle année qui commençait ! Ce fut l'occasion pour tous de participer à la traditionnelle cérémonie des vœux avec le repas annuel. De belles chansons sur la solidarité et la fraternité furent fredonnées et chantées.

◄ Atelier encens

Cet atelier a permis aux participants de découvrir les principes de création de l'encens. À cette occasion, ils ont pu emmener les bâtons créés chez eux.

Atelier estime de soi ►

Ce nouvel atelier remporte un franc succès, même chez les hommes ! Au programme, apprendre à prendre soin de soi…

◄ Cycle prévention santé sur les troubles du sommeil

En mars et avril, les retraités ont pu participer à un programme complet de sensibilisation aux bonnes pratiques pour retrouver un bon sommeil. Celui-ci a commencé avec humour avec la compagnie « entrée de jeu » qui a illustré pour eux les troubles du sommeil les plus fréquents, suivi d'une conférence, de deux ateliers pratiques et d'une conférence avec le docteur Besse sur la place des somnifères chez le retraité…

◄ Atelier taïchi

Chaque mardi, les retraités s'exercent et profitent des bienfaits du taï-chi.

▼ Atelier Déclic

Dans ce nouvel atelier, un groupe de seniors volontaires a travaillé sur un projet d'exposition photographique financé par la conférence des financeurs : « bonne humeur et vitalité : mode d'emploi des seniors ». Au programme, des séances où ils ont partagé la banane, la pêche et la patate !

▲ Sortie à Château-Thierry

Par un temps magnifique, les seniors ont pu découvrir un superbe château.

Acouphènes, késako ?

À l'occasion de la 21e édition sur la Journée nationale de l'audition, l'association du même nom a choisi de s'intéresser aux acouphènes, qui touchent des millions de Français, particulièrement après 65 ans.

QU'EST-CE QU'UN ACOUPHÈNE ?

Les acouphènes sont des sons : sifflements ou bourdonnements, perçus uniquement par la personne affectée dans 95 % des cas (sinon, on parle d'acouphènes objectifs).

Continus ou intermittents, ils peuvent concerner une seule oreille ou les deux. Ils peuvent être dus à une lésion de l'oreille (bouchon de cérumen, otite…), une allergie, une situation de stress, une exposition au bruit… mais de nombreuses causes restent inconnues. Les acouphènes dans 80 % des cas, s'associent à d'autres troubles de l'audition. Particulièrement invalidants, les acouphènes persistants perturbent le sommeil, affecte l'humeur, la concentration et peuvent entraîner de l'irritabilité voire des dépressions.

QUEL TRAITEMENT ?

En cas d'acouphènes, il convient de consulter un ORL (oto-rhino-laryngologiste).
Il existe aussi des équipes spécialisées dans les acouphènes un peu partout en France. Elles associent ORL, psychologues, sophrologues, audioprothésistes… pour une prise en charge globale. Si la cause est connue et selon son origine, le médecin peut prescrire un traitement médicamenteux, parfois une opération.

Sinon, un appareillage spécifique peut aider les patients à mieux vivre avec les acouphènes : prothèse auditive ou générateur de bruit blanc. Cet appareillage est d'autant mieux accepté qu'il est associé à une psychothérapie comportementale dite « d'habituation ».

L'enquête IFOP diligentée sur le sujet explique que 14 à 17 millions de Français seraient concernés par les acouphènes.

CONSEILS PRATIQUES

Une bonne hygiène de vie peut aider à supporter les acouphènes.
La personne atteinte gagnera à :

- Se relaxer et diminuer son niveau de stress. En effet, les acouphènes augmentent en cas de fatigue ou de nervosité.
- Pratiquer un exercice physique régulier, ne serait-ce que la marche par exemple.
- S'environner d'un fond musical, les acouphènes étant plus gênants dans le silence.
- Eviter la consommation d'excitants (café, tabac).

+ d'infos : Pour trouver les coordonnées des équipes spécialisées : www.afrepa.org
Source : www.agevillage.com rubrique actualité
Contacts utiles : www.france-acouphenes.org
Tél. : ✆ 0820 222 213

Association JNA : www.journee-audition.org
A lire également :
« Bien vivre avec des acouphènes », du docteur Philippe Peignard aux éditions Odile Jacob. Conseils, exercices, témoignages vous guident pas à pas à travers les étapes d'une thérapie cognitive et comportementale (TCC).

Modalités d'inscription

Nous vous rappelons que pour participer aux sorties organisées par le CCAS, il faut être retraité(e), âgé(e) d'au moins 60 ans, être domicilié(e) sur Garges-lès-Gonesse ou être parrainé(e) par un(e) retraité gargeois(e).

Les inscriptions auront lieu à la date indiquée pour chaque animation. Aucune inscription ne sera prise par téléphone. Le règlement doit intervenir le jour de l'inscription. Si vous souhaitez inscrire une personne de votre entourage (retraitée), nous vous demandons de bien vouloir nous fournir une pièce d'identité et un justificatif de domicile de la personne concernée. Nous ne pouvons accepter qu'une seule inscription supplémentaire par personne.

Pour information

Pour des raisons techniques, certains prestataires nous imposent un nombre limité de places. C'est pourquoi, à notre grand regret, nous ne pouvons satisfaire toutes les demandes. Merci de vous inscrire sur la liste d'attente, en cas de désistement nous ne manquerons pas de vous contacter.

Modalités de remboursement

En cas de non-participation à une sortie et si aucune personne en liste d'attente ne peut vous remplacer ou si le prestataire nous facture, seules les absences pour cause de maladie pourront être remboursées, sur présentation d'un justificatif.

Horaires

Seul l'horaire du premier point de ramassage est indiqué dans votre magazine, les horaires des autres points de montée vous seront communiqués lors de votre inscription.

Menu

Lorsqu'il y a un déjeuner de prévu, le menu vous est remis le jour de l'inscription.

Tarifs

Le principe de la carte de quotient et du tarif fidélité est applicable pour les sorties culturelles. Munis de votre avis d'imposition, n'hésitez pas à demander le calcul de votre quotient pour bénéficier d'une éventuelle remise sur le plein tarif (voir tableau joint dans votre magazine).

Les informations recueillies font l'objet d'un traitement Informatique destiné à créer un fichier clients.

Ces données sont utilisées uniquement par le CCAS et la Ville de Garges-lès-Gonesse. Conformément à la loi "Informatique et libertés" du 6 janvier 1978, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir une communication des informations vous concernant, veuillez-vous adresser au SIAMD.

EXPOSITION « JOUETS DES FLOTS » À L'ÉCOLE DU TEMPS LIBRE ET DU BIEN VIEILLIR

GRATUIT

> Du mercredi 25 avril au jeudi 10 mai

> Entrée libre et gratuite aux horaires de la Mairie

Photos et peintures par Jean-Marie Crochet.
Peintre et photographe, Jean-Marie Crochet s'inspire du travail pictural du temps, de l'eau, du sel et du vent sur les coques des bateaux échoués. Fascinant !

SORTIE AU CINÉMA ENTRE COPAINS ET COPINES

POUR TOUS CEUX QUI ONT SOIF D'ESPOIR ET AUSSI POUR LES AMOUREUX DES CHATS.

> Samedi 28 avril à 16h

> Cinéma Jacques Brel - 1 place de l'Hôtel de Ville
tél : ✆ 01.34.53.32.26

> 3€ plein tarif - Venir 20 minutes avant.

À Istanbul, les chats vivent sans maître, se déplaçant d'un endroit à l'autre dans la cité, rendant visite à ceux qui les nourrissent et leur donnent de l'affection. Contrairement à d'autres pays, ces amis à quatre pattes ne sont pas une nuisance, mais font partie de la vie urbaine.

Témoins des transformations de la ville depuis des siècles, ils font partie de son chaos, de sa culture, de son âme, vivent entre deux mondes, ni sauvage, ni apprivoisé et apportent de la joie aux personnes qu'ils choisissent d'adopter...

Dans un film documentaire, la réalisatrice Ceyda Torun a souhaité mettre à l'honneur cette relation homme/animal, où ils ne travaillent pas les uns contre les autres, mais les uns avec les autres. Les chats sont non seulement compris et considérés comme égaux, mais aussi comme source d'inspiration. Dans la coexistence pacifique des humains et des chats, réside la clé de la solidarité au-delà des différences. L'homme est capable d'action désintéressée, de charité et de paix qui doit nous faire réfléchir sur notre approche de nos chats errants.

Le film dépeint avec beauté et magie l'univers parallèle des chats dans la ville. Grâce a des gros plans et une faible profondeur de champ, la réalisatrice a réussi à capturer la proximité inimaginable entre les humains et les héroïnes à quatre pattes.

CONFÉRENCE SUR L'AUTOPROTECTION POUR LES SENIORS

NOUVEAU

GRATUIT

> Jeudi 3 mai à 16h15

> Résidence Jeanne Carnajac - 7 rue Duvivier
80 places

> Inscription par téléphone obligatoire au ✆ 01.34.53.34.65

Dans une ambiance conviviale, sous le contrôle et la correction individuelle permanente d'un professionnel diplômé, le Service Inter-Âge et Maintien à domicile vous propose de vous initier à des cours d'autoprotection préventive : bases de l'autoprotection, jeux de maîtrise des déséquilibres, déplacement avec garde passive… Vous apprendrez toutes les techniques adaptées pour anticiper de manière optimisée une situation potentiellement agressive. Cette activité, outre le fait de vous apprendre les bons gestes, vous permettra d'entretenir votre activité physique et cardio-vasculaire.
Inscription à l'atelier à l'issue de la conférence, où sera présenté le programme.

EXPOSITION « LA VILLE DE GARGES ET SES HABITANTS » À L'ÉCOLE DU TEMPS LIBRE ET DU BIEN VIEILLIR

GRATUIT

> Du mercredi 16 au jeudi 31 mai

> Entrée libre et gratuite aux horaires de la Mairie

Tableaux textiles réalisés par les membres de l'association « Le tissu de la mémoire »
Ateliers créatifs les mardis 22 et 29 mai à partir 14h.
À partir de la nappe du « grand pique-nique » des RIA 2016 (Festival des arts de la rue). Un travail artistique sur Garges et ses habitants.

« CIRCUIT ARTISTE EN PETIT TRAIN »

> Mercredi 16 mai à 13h30

> 37€ plein tarif - 30 places (25 minimum)

Découvrez en 1h15, le faubourg Saint-Germain et la plaine de Grenelle jusqu'aux Invalides et terminez en beauté au Louvres.
Visite en petit train des quartiers qui constituent le cœur artistique, littéraire et diplomatique de Paris depuis le XVII^{e} siècle. Durant cette visite, vous croiserez des destins célèbres : Henri IV, la reine Margot, le roi Soleil... Vous vous amuserez des légendes diaboliques du Chat qui Pêche et de la tour de Nesle. Vous débusquerez les hôtels particuliers les plus raffinés du XVIII^{e} siècle, qui abritent désormais ambassades et ministères. Vous percevrez la vie artistique et littéraire et l'activité parlementaire et diplomatique intense qui animent toujours ce quartier.
Vers 15h30, vous prendrez un goûter au salon de thé « Angelina ». Fondé en 1903, par le confiseur Autrichien Antoine Rumpelmayer, c'est l'un des plus célèbres et des plus prisés salon de thé de la capitale.

EXPOSITION « VOYAGE AU PAYS » À L'ÉCOLE DU TEMPS LIBRE ET DU BIEN VIEILLIR

GRATUIT

> Du mardi 5 au jeudi 14 juin

> Entrée libre et gratuite aux horaires de la Mairie

Peintures par Aline Howard Maurice

Ateliers créatifs animés par l'artiste mardi 12 juin de 14h à 17h.

Autour de l'histoire d'Aline ; de ses origines aux Antilles à ses enfants. Une œuvre très personnelle.

TERRE DES SINGES

SORTIE INTERGÉNÉRATIONNELLE

> Mercredi 13 juin 2018 à 10h

> 30€ plein tarif pour les adultes et 20€ pour les enfants
55 places (25 minimum, 40 adultes – 15 enfants)

Créé par Patrick Jardin, fondateur du Parc des Félins, Terre des Singes propose des conditions de vie au plus proche de la nature aux primates qui y sont hébergés. Loin des cages exiguës ou des fosses en béton aseptisées, Terre de Singes vous invite à venir observer les macaques Berbères au sein d'un espace d'immersion de près de 15 hectares. Une autre philosophie d'élevage centrée autour de l'animal et de la possibilité pour lui de s'épanouir, d'exprimer l'ensemble de son répertoire comportemental, mise à votre portée par la présence continue de l'équipe du parc. Observer et partager avec vous pour apprendre à aimer et ainsi mieux protéger ces espèces menacées à l'état sauvage, telle est notre mission…

Déjeuner à la « Kase à Boco » qui propose de déguster des bocaux prêts à consommer, issus de fabrication artisanale, sans colorants, sans conservateurs et surtout sans huile de palme.

L'importance cruciale de ce que l'on appelle aujourd'hui la conservation en dehors du milieu naturel est par ailleurs reconnue par l'Union Internationale pour la Conservation de la Nature (UICN).

VISITE COMMENTÉE DU DOMAINE DE VILLARCEAUX

> Mardi 19 juin à 15h

> 5€ plein tarif - 30 places (20 minimum)

Situé au cœur du parc naturel du Vexin français, le domaine « éco géré » de Villarceaux est restauré et entretenu par la région Ile-de-France.

C'est un patrimoine exceptionnel avec ses 2 châteaux, sa chapelle du XIX^{e} siècle, ses orangeries, ses jardins…

Le site abrite une nature unique : chevreuils, faisans, cormorans, fougères et orchidées rares ainsi qu'un tilleul de 360 ans…

Labellisé jardin remarquable, il vous attend pour une magnifique promenade et visite guidée.

EXPOSITION « RETOURS D'ATELIERS » À L'ÉCOLE DU TEMPS LIBRE ET DU BIEN VIEILLIR

GRATUIT

> Du mardi 19 au vendredi 29 juin

> Entrée libre et gratuite aux horaires de la Mairie

Dessins, peintures, sculptures, céramiques…

Par les ateliers artistiques de l'École du temps libre et l'association « Pierre de lune ».

Nous sommes fiers de pouvoir exposer les œuvres réalisées tout au long de l'année durant les ateliers de l'École du temps libre. Décidément, nos retraités ont du talent…

Je m'inscris à

VISITE D'UNE FROMAGERIE, PIQUE-NIQUE ET VISITE DU MUSÉE DE L'ARCHERIE

> Lundi 25 juin à 11h

> 15€ plein tarif – 25 places (15 minimum)

11h : Venez découvrir l'élevage de caprins (chèvre et brebis) de Sébastien, artisan glacier qui fait du lait récolté de magnifiques créations gourmandes. Il vous expliquera le fonctionnement de sa fromagerie, le cycle d'une chèvre et sa reproduction.

Vers 13h30 : Arrivée au musée de l'archerie et du Valois situé à Crépy-en-Valois, où vous pourrez pique-niquer avant de visiter le monument historique unique entre Paris et Compiègne, labellisé Musée de France. Son château médiéval, ses riches collections d'archerie venant du monde entier, sa statuaire du Valois. Ce site se visite sur 4 niveaux, prévoir de bonnes chaussures plates.

JOURNÉE LIBRE À SAINT-VALÉRY-SUR-SOMME

> Mercredis 11 juillet et 8 août à 7h

> 25€ plein tarif - 100 places (30 minimum)

Le temps d'une journée, venez découvrir cette station balnéaire de la baie de Somme. Saint-Valery-sur-Somme est également une charmante cité médiévale.

La ville haute et son patrimoine ancien qui surplombe la baie, les ruelles fleuries, le port de plaisance et de pêche et la jolie digue, promenade bordée de villas en font une destination fort appréciée.

PAS À PAS VERS LES TROPIQUES

> Mercredi 5 septembre à 10h

> 45€ plein tarif - 50 places (20 minimum)

10h : C'est au cours d'une visite accompagnée que vous pénétrerez dans une des plus vieilles fabriques de chaussures de France « les chaussures Marco ». Vous y découvrirez toutes les étapes de fabrication d'une véritable chaussure « Made in Normandie ». Spécialiste de la chaussure pour femme, l'entreprise Marco, installée à Pont-de-l'Arche depuis 1833 est reconnue nationalement dans les domaines du luxe et semi-luxe.

12h15 : Déjeuner au restaurant des jardins Animaliers Biotropica.

14h : Visite libre des jardins Animaliers Biotropicana à Val-de-Reuil. C'est au cœur de 10000m² peuplés de pélicans, wallabies ou autres animaux de la ferme que se cache une serre tropicale de plus de 5000m². Vous y approcherez toutes sortes d'animaux exotiques tels que les alligators, les piranhas, les singes, les ibis rouges ou encore le fabuleux anaconda.

Retour en direction de Garges vers 17h30.

Dons, donations et legs, est-ce la même chose ?

Ce sont trois formes de dons différentes qui présentent des caractéristiques communes.

- *Une absence de contrepartie : le versement de la somme d'argent versée ou le bien mis à disposition sont désintéressés et ne comportent pas de contrepartie. Les dons, donations et legs sont versés à titre gratuit.*
- *Une «irréversibilité» de l'appropriation : les dons sont intégrés dans le patrimoine de l'association bénéficiaire de façon définitive et irréversible.*

DES DIFFÉRENCES

• Les « dons manuels » sont effectués directement du donateur à l'association, sans formalités.
• Les « donations » nécessitent un acte devant un notaire. Par exemple, pour donner un immeuble, il est nécessaire de faire un acte notarié car il ne peut pas être donné "manuellement".
• Le « legs » est une donation qui intervient après le décès du donateur. Il ne concerne que les personnes physiques, à l'exclusion des entreprises.

DON SOLIDAIRE, MANUEL ET FINANCIER : COMMENT CHOISIR LA FORME DE MON DON ?

Tous les particuliers et entreprises peuvent faire des dons à une ou des associations. Celles-ci peuvent recevoir des dons **spontanés ou sollicités** (en réponse à sollicitation de l'association pour financer un projet). Vous pouvez choisir de réaliser **différentes formes de dons**. Il peut s'agir de :
• Versement d'une somme d'argent (chèque, virement, espèces, etc.), il s'agit d'un don financier ;
• Biens meubles (outils, ordinateurs, chaises, tables, etc.) ;
• Abandon de revenus ou de produits (par exemple, un abandon de droits d'auteur) ;
• Prestations de service sans contrepartie ;
• Mise à disposition de personnel etc.
Lorsqu'il ne s'agit pas d'un don financier, des méthodes d'évaluation du montant seront nécessaires. Dans le cadre de **dons spontanés**, que ce soit sous forme d'argent (chèques, virements, espèces, etc.) ou de biens meubles (matériel scolaire, ordinateurs, vêtements, véhicules, tables) l'association bénéficiaire n'a aucune déclaration obligatoire à faire. Les particuliers et entreprises donateurs, en déclarant les dons, bénéficient d'un régime fiscal intéressant.

QUEL EST LE MONTANT DE LA RÉDUCTION FISCALE ?

La réduction d'impôts porte sur 66% des sommes versées par le donateur, dans la **limite de 20% de ses revenus imposables**. Cette réduction est portée à 75% lorsqu'il s'agit d'une association qui fournit gratuitement des repas, des soins ou des hébergements aux personnes en difficulté, dans la limite de 531€ versés par le donateur. L'association, si elle est à but non lucratif et d'intérêt général, délivre dans ce cas un reçu.

Enfin, lorsque le montant dépasse la limite des 20% du revenu imposable, l'excédent est reporté sur les 5 années suivantes, dans les mêmes conditions fiscales.

Toutes les associations peuvent recevoir des **dons** et certaines d'entre-elles peuvent délivrer des reçus fiscaux que le donateur (particulier ou entreprise) devra transmettre à l'administration fiscale pour bénéficier d'une réduction d'impôts. En revanche, seules certaines associations peuvent recevoir des **donations ou des legs** :

- Les associations reconnues d'utilité publique ;
- Les associations caritatives ;
- Les unions d'associations familiales ;
- Les associations ayant pour objet exclusif la recherche scientifique ou médicale ;
- Les associations cultuelles (c'est-à-dire les associations religieuses qui ont pour unique objet d'organiser le culte et les cérémonies).

A noter : La quête de dons sur la voie publique à l'échelon local est légale mais est soumise à une demande d'autorisation auprès du Maire.

À savoir !

Les collectes de dons en porte-à-porte, au domicile des particuliers, sont interdites (sauf dérogation expresse accordée par le préfet).

- Les collectes sur tout le territoire et faites par internet sont possibles sur autorisation de la préfecture du département du siège social de l'association.
- Pour soutenir le projet d'une association, plusieurs formes de dons s'offrent à vous. Vous connaissez maintenant les différentes formes de dons et pouvez vous lancer en toute sécurité !

Source : www.legalstart.fr

Ombeline Cathelineau, élève-avocate à l'EFB et diplômée de l'Université Paris 1 Panthéon-Sorbonne. Ombeline est spécialisée dans l'accompagnement juridique des entrepreneurs et Tanguy Robert, diplômé de Sciences Po Paris. Tanguy est spécialisé dans l'accompagnement des entrepreneurs et porteurs de projets associatifs. Sous la direction de Pierre Aïdan, docteur en droit et diplômé de Harvard.

Ensemble 2 générations

Ensemble 2 générations est une association de la loi 1901 qui met en contact deux générations qui peuvent répondre mutuellement aux besoins de l'autre.

L'ASSOCIATION

Elle a été créée en 2006 par Thypaine de Penfentenyo avec l'intuition profonde que la cohabitation entre étudiants et seniors favorisait une entraide mutuelle entre ces deux populations. Elle a pour ambition de répondre à trois objectifs :
• Rompre la solitude des personnes âgées
• Faciliter l'accès au logement aux étudiants
• Permettre le lien entre deux générations et une entraide mutuelle

L'association a conceptualisé 3 formules au choix permettant selon la formule retenue du logement économique pour l'étudiant en échange de services et/ou de présence au domicile des seniors :
• Logement gratuit + présence
• Logement économique + services
• Logement solidaire + loyer

Leur méthode érodée depuis longtemps est efficace : ils visitent le retraité à domicile. Ils mènent un entretien avec l'étudiant, procèdent à la mise en relation et au suivi régulier de la cohabitation.

Ce concept s'est répandu partout en France avec 3500 binômes constitués sur 25 villes de provinces et s'est même exporté au Japon, Canada, Martinique, Suisse et Nouvelle Calédonie.

TÉMOIGNAGES

Yves, 82 ans : « Les échanges entre générations sont fondamentaux, si les vieux ne font pas cela, les jeunes générations perdront le sens de l'histoire »
Constance, 19 ans « Vivre chez une personne âgée, est une façon d'être utile et puis j'aime les personnes âgées, elles peuvent rêver de tout et parler de tout »

Conférence le 17 mai à 15h30 à l'École du temps libre et du bien vieillir avec Madame Frainais de l'association Ensemble 2 générations.
Inscription obligatoire par téléphone au ✆ 01.34.53.34.65 à partir du 2 mai.

+ d'infos : www.ensemble2generation.fr

Zoom sur

La Maison Des Usagers du Centre Hospitalier de Gonesse (MDU)

La MDU est un lieu d'accueil et d'information public et gratuit qui s'inscrit dans le respect des valeurs de l'institution et de l'éthique des professionnels de santé. Fait par et pour les usagers, en accès libre, gratuit et anonyme, mis à disposition des usagers par le Centre Hospitalier de Gonesse, ce lieu n'est pas un lieu de soins, ni de réclamations.

LES USAGERS PEUVENT S'INFORMER SUR :

- un problème de santé ;
- les moyens pour aider un proche ;
- les moyens pour entretenir sa santé et les campagnes de prévention ;
- les démarches administratives.

C'est un lieu favorisant l'expression des associations et leur reconnaissance.
C'est un lieu ressource pour les professionnels de santé du nouvel hôpital de Gonesse. Les professionnels peuvent orienter les patients et leurs proches en recherche de soutien.

UN LIEU INFORMATIF ET D'AIDES

Ce lieu permet de :
- mettre à la disposition des patients et des professionnels des ressources complémentaires, indépendantes du fonctionnement de l'établissement ;
- d'enrichir l'accompagnement et le soutien réalisés par les professionnels de santé.

La MDU contribue à reconnaître la place essentielle du patient et de ses proches dans le dispositif de soins et a pour objectifs :
- d'aider et d'informer tout usager de la santé ;
- d'aider le patient à se responsabiliser dans son parcours de soins ;
- de favoriser la rencontre d'autres usagers organisés sous forme associative ;
- de favoriser l'accès aux informations relatives aux associations de patients ;
- de répondre à un besoin d'accueil et de soutien non professionnel.

DU 1ER JANVIER 2018 AU 30 JUIN 2018
OUVERTURE DE 14H À 16H

Fermeture pendant les vacances scolaires

1er et 3e lundi	1er et 3e jeudi	2e et 4e lundi	2e et 4e jeudi
UDAF 95 UNAFAM	BAOBAB France AVC	UNAFAM France AVC	JALMALV ILCO
07/05/2018 04/06/2018 18/06/2018	03/05/2018 17/05/2018 07/06/2018 21/06/2018	14/05/2018 28/05/2018 11/06/2018 25/06/2018	24/05/2018 14/06/2018 28/06/2018

QUI INTERVIENT À LA MDU ?

Ce sont des usagers bénévoles représentants d'associations qui s'engagent à respecter la charte de la Maison Des Usagers du Centre Hospitalier de Gonesse.

Les associations engagées :
FRANCE AVC : Aide aux patients et aux familles de patients victimes d'accidents vasculaires cérébraux.
UDAF : Union Départementale des Associations Familiales.
UNAFAM : Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques.
JALMALV : Accompagner les personnes en fin de vie, quel que soit leur âge.
ILCO : Information et soutien pour tous les stomisés.
BAOBAB : Prévention, soutien et accompagnement des personnes touchées par le VIH/SIDA.

+ d'infos : Des permanences sont organisées les lundis et jeudis de 14h à 16h (hors congés scolaires).
Planning des permanences sur www.ch-gonesse.fr
La MDU est située au 2, boulevard du 19 mars 1962 - 95500 Gonesse au RDC Haut de l'hôpital. - ✆ 01.82.32.04.01

Paroles de bénévoles

Une rubrique pour vous ! Vous souhaitez partager des moments d'échange en toute convivialité ? L'Ecole du temps libre et du bien vieillir vous invite à participer à de nombreux ateliers. Vous aurez ainsi l'occasion de recevoir des conseils, de réaliser des recettes, poèmes… Découvrez dans ce numéro, les activités de ce début d'année !

Photo tricot.

Ateliers carte de vœux.

Crêpes party !

Les bénévoles s'exercent à la pratique du pastel sec.

Prix coup de cœur de France bénévolat, les bénévoles de l'École du temps libre et du bien vieillir ont reçu des félicitations du représentant de France bénévolat à l'occasion des Trophées du bénévolat de la ville, le 17 février dernier.

Plus de 40 bénévoles s'investissent chaque mois pour accueillir les retraités de la Ville à l'Ecole du temps libre et du bien vieillir. Découvrez avec nous, les talents de nos seniors bénévoles toujours prêts à vous épater ! Vous aussi, rejoignez-les !

Poème de Madame Forest, Bénévole à l'École du temps libre et du bien vieillir

Aujourd'hui, vous les retraités
N'avez plus le droit d'être isolés,
Oubliez toutes les idées noires,
Elles devront être mises au placard,
Si vous voulez vous occuper,
Si vous souhaitez vous amuser,
Alors il ne faut pas hésiter,
Venez, venez, donc nous retrouver,
Vos soucis seront effacés,
Et vos douleurs vite oubliées,
Un sourire, un petit café,
On est là pour vous réconforter
Oui, ici c'est la convivialité….

Vacances avec ou sans votre animal de compagnie : pour chaque situation une solution !

Aujourd'hui il est facile d'organiser le voyage avec son animal ou le cas échéant son mode de garde en cas d'absence.
Différents sites internet très bien pensés vous y aident !

Nos partenaires sur la lutte contre les abandons :
ilspartentavecnous.org : soutenu par Pedigree® et Whiskas®. Ce site dans le cadre de la campagne « ils partent avec nous » donne aux possesseurs de chiens et de chats toutes les clés pour bien organiser les vacances de leur compagnon : conseils pratiques, moyens et formalités pour le transport, démarches administratives en fonction des pays (vaccins, passeport, identification), solutions de gardes, contacts utiles.

www.service-public.fr rubrique Loisirs/Animaux : vous renseigne sur toutes les formalités sanitaires à faire si vous voyagez avec votre animal.

AniVetVoyage.com : créé en mai 2014 par un vétérinaire, ce site vous permet de préparer sereinement le voyage avec un animal de compagnie dans différents pays : formalités d'exportation et informations réglementaires.

+ d'infos :
www.villedegarges.fr rubrique Protection animale.

Action Solidaire

La Ville a signé une convention partenariale avec trois associations de protection des animaux, afin de pouvoir procéder à une campagne de stérilisation des chats dits errants pour qu'ils deviennent des chats dits « libres ». Afin d'appuyer la démarche des bénévoles de la ville et de l'association du chat libre du Parisis dans ce domaine, nous recherchons des retraités ayant déjà pratiqué ou pratiquant encore le trappage de chats en vue de leur stérilisation.

+ d'infos :
Merci de vous faire connaitre si vous êtes intéressé(e) au ✆ 01.34.53.32.92

Les rendez-vous dans votre ville

AVRIL

Fête du vélo
Samedi 28 avril, à 10h30
Départ au centre social & culturel Dulcie September

73e anniversaire de la journée nationale du souvenir des victimes et des héros de la déportation
Dimanche 29 avril, dès 10h
Place du souvenir Français

MAI

Don du sang
Jeudi 3 mai
de 14h30 à 19h30
Salon d'Honneur de l'Hôtel de Ville

Assemblée Consultative du Quartier de la Lucète
Jeudi 3 mai à 18h30
Accueil de loisirs Pasteur

73e anniversaire de la victoire sur le nazisme
Mardi 8 mai, à 9h45
Place de l'Abbé Herrand

Conseil Municipal
Mercredi 16 mai, à 19h
Salon d'Honneur de l'Hôtel de Ville

27e Rencontres d'Ici et d'Ailleurs
Samedi 19 et dimanche 20 mai
Dans les rues de la Ville

Assemblée consultative du Quartier Carnot
Jeudi 24 mai, à 18h30
Ecole Jean Jaurès

Immeubles en fête
Vendredi 25 mai, dès 18h
Dans toute la Ville
Inscriptions et récupération du kit de communication du 16 avril au 22 mai

Mozart enchanté
Vendredi 25 mai, à 20h30
Espace Lino Ventura
Tout public
Tarif B – 1h15

Brocante Saint-Just
Lundi 26 mai, de 8h à 18h
Inscriptions le 23 mai, de 8h30 à 11h30 et de 13h à 17h15
Le 24 mai de 13h à 19h30
Salon d'Honneur de l'Hôtel de Ville

Assemblée Consultative du Quartier des Doucettes
Jeudi 31 mai, à 18h30
Espace associatif des Doucettes

JUIN

Dictée Gargeoise
Mercredi 6 juin, de 14h à 17h
Inscriptions en échange de livres, romans, BD, albums, revues...
Parc des familles ou EAD

Assemblée consultative du Quartier de la Muette
Jeudi 7 juin, à 18h30
Centre social Dulcie September

Assemblée consultative du Quartier du Centre-ville/ Basses-Bauves/Barbusse
Jeudi 14 juin, à 18h30
Salon d'Honneur de l'Hôtel de Ville

Conseil Municipal
Mercredi 27 juin, à 19h
Salon d'Honneur de l'Hôtel de Ville

JUILLET

Don du sang
Jeudi 12 juillet
de 14h30 à 19h30
Salon d'Honneur de l'Hôtel de Ville

Festiv'été
Du mercredi 4 juillet au vendredi 31 août
Fort de Stains et dans toute la Ville

ESPACE LINO VENTURA
Avenue du Général de Gaulle
Spectacles ✆ 01 34 53 31 00
Expositions ✆ 01 34 53 31 06
espacelinoventura@villedegarges.com

CINÉMA JACQUES BREL
1 place de l'Hôtel de Ville
✆ 01 34 53 32 26

TARIFS 2017
Séances régulières
Plein tarif 6,50 €
Tarif réduit 4,50 €
Tarif - de 12 ans 3,50 €

Séances 3D
Plein tarif 7,50 €
Tarif réduit 6 €
Tarif - de 12 ans 4,50 €

27ES RENCONTRES D'ICI & D'AILLEURS

GARGES -LÈS- GONESSE (95)

19 & 20 MAI 2018

MANIFESTATION D'ARTISTES DE RUE, SPECTACLES GRATUITS

WWW.OPOSITO.FR