



VILLE de RODEZ



Bien vivre à Rodez

Séniors

2016-2017

## sommaire

- 1- La Ville et son Centre communal d'action sociale (CCAS) vous proposent des services de proximité
- 2- Nous vous proposons des logements adaptés
- 3- Nous prenons soin de votre santé
- 4- Nous vous offrons des espaces de divertissement et de rencontre
- 5- Le Conseil des aînés : être acteur dans la cité
- 6- Contacts utiles

## La solidarité au cœur de notre action

Dans un contexte économique très difficile marqué depuis 2008 par une baisse des dotations de l'État de 38 %, la solidarité reste notre première priorité afin d'améliorer la qualité de vie de toutes les générations.

Depuis 2008, nous sommes fiers d'avoir renforcé le lien social sur notre ville : le budget des crèches a été augmenté de 57 %, celui des écoles de 18 %, Rodez agglomération Habitat a construit plus de 300 logements sociaux, nous avons rénové une grande partie de la maison de retraite Saint Cyrice et reconstruit entièrement l'épicerie sociale...

Aujourd'hui, nous nous engageons à aller plus loin. Pour cela, dès 2017, nous allons construire une troisième maison de retraite en plein cœur de ville à Combarel. La construction du bâtiment participe tout à la fois à l'amélioration de l'offre d'accueil en maison de retraite mais aussi à la dynamique économique de la ville et à son embellissement.

À côté de la maison de retraite à Combarel, Rodez Agglo Habitat construira 24 logements dédiés à l'accueil des seniors à des prix modérés comme nous l'avons déjà fait rue Amans Rodat. Dès 2017 également, nous irons à la rencontre des personnes âgées de plus de 80 ans pour mieux prendre en compte leurs attentes et leurs besoins.

De la même manière, nous allons construire une maison de santé pluridisciplinaire au Faubourg. Ce projet permettra l'installation de 60 professionnels de santé afin de pallier à la diminution du nombre de médecins sur notre ville. Il permettra également de rénover entièrement la place du Sacré Cœur et l'avenue Tarayre.

Vous trouverez dans ce guide les informations concernant l'organisation de nos services en direction des seniors. Il constitue le témoignage que plus que jamais la solidarité est au cœur de notre action.

Christian TEYSSEBRE,  
Maire de Rodez  
Président de Rodez Agglomération

# 1

## LA VILLE ET SON CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS) VOUS PROPOSENT DES SERVICES DE PROXIMITÉ

Le CCAS de la Ville de Rodez anime des actions sociales pour accompagner les séniors :

- il propose une offre d'hébergements adaptés avec les EHPAD (Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) de Bon Accueil, Saint-Cyric et bientôt Combarel.

- il lutte contre les exclusions et assure le fonctionnement d'un foyer pour personnes âgées : le Foyer Foch.

- il organise un ensemble d'animations pour les aînés (fête interclubs, repas de fin d'année, voyage séniors, après-midi dansant, concours de belote).

### *Les services de la Ville à l'écoute des Ruthénois(es)*

Dès 2017, pour rompre l'isolement des personnes âgées, les agents de la Ville de Rodez feront des visites régulières afin d'aider les aînés à améliorer leur qualité de vie et pour répondre à leurs attentes quotidiennes (besoin d'un conseil, d'une aide dans les démarches administratives, d'une information sur l'hébergement, les animations, etc.).

#### RENSEIGNEMENTS

05 65 77 88 00

et/ou 05 65 77 88 90

*Octobre rose : tous unis contre Le cancer du sein*



# 2

## NOUS VOUS PROPOSONS DES LOGEMENTS ADAPTÉS

À Rodez, l'offre d'hébergement pour les personnes âgées s'accroît et se diversifie.

### *Des Logements adaptés*

Pour favoriser le maintien à domicile des personnes âgées, la Ville de Rodez et son CCAS proposent des logements sociaux adaptés, attribués en fonction des revenus.

Sur la ville, 16 logements sont ainsi loués à des prix très modérés (pas plus de 250 €/mois pour un 40 m<sup>2</sup>).

### *À Combarel, un projet de résidence innovant et solidaire*

Un projet de construction d'un immeuble de 24 logements dans le nouvel éco-quartier de Combarel est en cours d'élaboration. La résidence jouxtera la future maison de retraite.

Adaptée aux séniors, elle intégrera un d'accueil de personnes lourdement handicapées, en partenariat avec l'Association des paralysés de France (APF).

Ce projet permettra d'offrir aux résidents concernés une haute qualité d'usage, de service et d'accessibilité dans ce nouvel éco-quartier de Rodez.



*Projet de résidence innovant et solidaire à Combarel*



## *Un nouvel EHPAD à Combarel*

En investissant dans la construction d'une nouvelle maison de retraite à Combarel, le CCAS de la Ville de Rodez répond aux besoins des Ruthénois en matière de services et de développement social de proximité. L'implantation de cet EHPAD, en plein centre-ville et proche des commerces, permettra d'accueillir 87 résidents qui pourront participer à la vie de la cité tout en bénéficiant d'espaces agréables et arborés.

La construction du bâtiment participe tout à la fois à l'amélioration de l'offre d'accueil en maison de retraite, à la dynamique économique de la ville et à son embellissement.





## *L'accueil de jour : une solution intermédiaire pour le maintien à domicile*

Les deux établissements gérés par le CCAS (Bon Accueil et Saint-Cyrice) proposent déjà des services d'accueil temporaire et d'accueil de jour qui permettent aux personnes âgées de continuer à vivre à leur domicile tout en bénéficiant d'une à plusieurs journées ou demi-journées par semaine au sein d'un établissement leur proposant des activités et des services adaptés aux besoins et aux capacités de chacun.

## ***EHPAD Bon Accueil***

En plein cœur de ville, à proximité de l'esplanade des Rutènes, du musée Soulages et du jardin public, l'EHPAD Bon Accueil permet à ses résidents de participer à la vie de la cité tout en bénéficiant de calme et de verdure. C'est une offre de services importante, composée de 78 lits d'accueil permanent, de 4 lits d'accueil temporaire et de 5 places d'accueil de jour.

### **RENSEIGNEMENTS**

05 65 77 88 00

## ***EHPAD Saint-Cyrice***

La Résidence Saint-Cyrice est située au cœur du quartier du Faubourg. Un quartier en direction duquel la Ville réalise d'importants investissements pour améliorer le cadre de vie des Ruthénois et moderniser l'offre de services.

Avec une nouvelle maison de santé à proximité, l'EHPAD Saint-Cyrice bénéficiera d'un environnement urbain privilégié et parfaitement adapté aux besoins des séniors.

L'établissement offre une capacité d'accueil de 102 lits d'hébergement, de 2 lits d'accueil temporaire et propose un accueil de jour de 5 places.

En outre, il dispose d'un PASA (Pôle d'activité et de soins adaptés) de 14 places.

### **RENSEIGNEMENTS**

05 65 67 06 75



# 3

## NOUS PRENONS SOIN DE VOTRE SANTÉ

*Plan canicule : à l'approche de l'été et des risques de canicule, faites-vous recenser !*

Pour faire face aux conséquences d'une canicule, la Ville de Rodez reconduit, chaque année, le plan prévention élaboré par la loi du 30 juin 2004 à destination des personnes âgées et handicapées de la ville, isolées à leur domicile. Une lettre du Maire, accompagnée d'un questionnaire, est envoyée à tous les Ruthénois âgés de 65 ans et plus, résidant à leur domicile, les invitant à s'inscrire au CCAS.

D'une année sur l'autre, les personnes déjà enregistrées restent inscrites sur le fichier sans démarche supplémentaire de leur part. Toutefois, signalez à la Mairie de Rodez les changements intervenus ou à venir depuis l'inscription ainsi que les absences programmées pendant l'été.

### *Qui est concerné ?*

Les personnes âgées de 65 ans et plus résidant à leur domicile.

Les personnes âgées de plus de 60 ans reconnues inaptes au travail résidant à leur domicile.

Les personnes adultes handicapées bénéficiant de l'AAH, ACTP, carte d'invalidité, reconnaissance en qualité de travailleur handicapé ou pension d'invalidité et résidant à leur domicile.

# Qui peut réaliser la demande d'inscription ?

La personne concernée ou le cas échéant, son représentant légal.

Un tiers (personne physique ou morale).



Chers Rudois etes et Rudoises,

Avec l'été, période souvent synonyme d'isolement ou de solitude pour beaucoup de personnes fragilisées en raison de leur âge, de leur handicap ou de leur situation sociale, les risques de santé, en lien avec la canicule, sont augmentés.

Il est indispensable de prendre quelques précautions pour agir au mieux et prévenir. Aussi, nous vous proposons de documenter vos connaissances et compétences professionnelles et techniques à l'égard des situations d'urgence.

Je vous invite à vous inscrire sur le registre nominatif du CCAS ou à signaler la personne que vous accompagnez de vos soins pour que les services de la Ville ou du CCAS puissent intervenir en cas de nécessité.

## Comment se préparer avant l'été...

- Vérifiez que les volets et les stores de votre logement isolent les pièces à vivre des rayons du soleil et de la chaleur.
- Assurez-vous du bon fonctionnement des appareils ménagers tels que le réfrigérateur, le congélateur.
- Procurez-vous et posez un ventilateur, un rafraîchisseur d'air ou un climatiseur.
- Munissez-vous de brumisateur, poches de glace, de bouteilles d'eau (petites et grandes).
- Raccourcez les endroits frais et climatisés situés à proximité de votre logement (magasins, cinéma, lieux publics, etc.).
- L'occasion de se faire une séance de cinéma, une expo...
- Vérifier que votre garde-robe est adaptée à la chaleur : vêtements légers, en coton, de couleurs claires, etc.

## Pelques conseils à suivre pendant l'été...

• Fermez les volets, les fenêtres, les stores ... côté soleil et préférez orienter la pièce la plus fraîche.

• Évitez un écart raisonnable entre la température intérieure et extérieure.

• Vous rafraîchissez en buvant de l'eau fraîche, mais, évitez les boissons sucrées, alcoolisées, les jus de fruits, les sodas, les jus de légumes.

• Évitez de sortir pendant les heures les plus chaudes de la journée (11h-15h).

• Évitez de faire du sport, des courses, des travaux de jardinage, etc.

• Évitez de prendre des bains chauds.

• Évitez de prendre des douches chaudes.

• Évitez de prendre des bains chauds.

• Évitez de prendre des douches chaudes.

**Des signes à surveiller**

- Épuisement à l'effort
- Maux de tête
- Nausées ou vomissements
- Fièvre
- Confusion
- Somnolence
- Perte de conscience
- Perte d'équilibre

**Coup de chaleur**

Augmentation de la température du corps (> 40°C), étourdissement, perte de conscience, respiration difficile...

Quelle que soient les circonstances, si vous observez ces signes, appelez un proche, contactez votre médecin ou le 15.

### Mes numéros

- Famille :
- Aide(s) à domicile :
- Médical :
- Pompiers : 18
- SAMU : 15
- CCAS : 26, place Eugène-Raynaud, 12000 Rodéz, 03 45 77 88 90

## Prévention canicule Formulaire d'inscription sur le registre nominatif

Arrière :  Inscription  Renouvellement d'inscription  Modification d'inscription

12000 RODÉZ - Tél. : ...

**PERSONNE CONCERNÉE**

Nom - prénom : ...

Adresse : ...

Bâtiment : ...

Date de naissance : ...

Vous vivez :  seul  non / En couple ou avec une tierce personne :  oui  non / Si oui, à quelle période : ...

Personne avec laquelle vous contactez en cas de nécessité :  oui  non

Personne avec laquelle vous contactez en cas de nécessité :  oui  non

**FAMILLE**

Arrière-vieux des enfants :  oui  non

Personnes de votre entourage à contacter en cas de besoin : ...

Nom : ... Prénom : ...

Nom : ... Prénom : ...

Nom : ... Prénom : ...

**PREISE EN CHARGE SANITAIRE ET SOCIALE**

Médecin traitant : ...

Infirmière : ...

Pharmacien : ...

Assistance sociale :  oui  non

Service aide ménagère :  oui  non

Portage des repas :  oui  non

Formule de logement :  oui  non

**SI LA DEMANDE EST FORMULÉE PAR UN TIERS (Non de parenté ou de lien de filiation)**

Nom - prénom : ...

Adresse : ...

Tél. : ...

**OBSERVATIONS ET/OU RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES**

Formulaire d'inscription à retourner à : CCAS - 26 place Eugène-Raynaud



# 4

## NOUS VOUS OFFRONS DES ESPACES DE DIVERTISSEMENT ET DE RENCONTRE

### *Le Foyer Foch*

Le CCAS assure le fonctionnement d'un foyer pour personnes âgées sur la commune de Rodez.

Le foyer Foch, localisé au parking Foch, s'inscrit dans une démarche d'amélioration constante du service public aux aînés et propose, tout au long de l'année, un programme d'animations variées pour améliorer le bien vivre ensemble pour tous.

Ce foyer est ouvert tous les après-midi de 13 h 45 à 17 h 30, sauf les samedis et dimanches. Il permet aux habitués de se distraire : jeux de cartes, tricotage, gym douce, pilate, animations diverses, etc.

Un goûter gratuit est servi chaque jour grâce au personnel du CCAS.

En outre des séances de gymnastique ont lieu une fois par semaine de novembre à juin. Le tarif est fixé à 60 €/ année.





*Gym douce au foyer Foch*

## *La fête interclubs*

Chaque année au mois d'octobre, le CCAS organise, avec les 13 clubs du 3<sup>e</sup> âge de Rodez Agglomération, un goûter spectacle à l'Amphithéâtre.

Un ramassage en bus, organisé sur toutes les communes, permet au plus grand nombre d'y participer.

Afin de favoriser les rencontres entre générations, une soixante de jeunes élèves de la section BEP sanitaire et social du lycée Jeanne d'Arc participe à l'organisation de cet après-midi festif qui attire près de 600 personnes.





## *Le repas de fin d'année*

À l'occasion des fêtes de fin d'année, le CCAS propose avec la Ville de Rodez un repas dansant gratuit pour les aînés ruthénois âgés de 70 ans et plus. Ce moment unique réunit et rassemble plus de 500 personnes qui partagent pendant quelques heures une bonne table et quelques pas de danse dans une ambiance chaleureuse et festive.

Un moment de convivialité et de solidarité dont le succès se confirme chaque année.



# 5

## LE CONSEIL DES AÎNÉS : ÊTRE ACTEUR DANS LA CITÉ

Le Conseil des aînés est une des nouvelles composantes du dispositif démocratique de Rodez. Il est l'outil d'implication des Ruthénois de 60 ans et plus dans le dialogue citoyens/élus. C'est une instance consultative et participative de concertation et de proposition, réservée aux séniors.

Avec le Conseil des aînés, vous serez en lien avec l'ensemble des associations ou établissements concernant les personnes âgées. Vous vous saisirez des questions d'aménagement du territoire et de développement des activités de loisirs.



Grace au Conseil des aînés, vous pourrez développer toute sorte de dispositifs visant à favoriser le "vivre ensemble" dans la mesure où ces dispositifs rentrent dans la politique de la Ville (attractivité, développement du lien social, etc.).

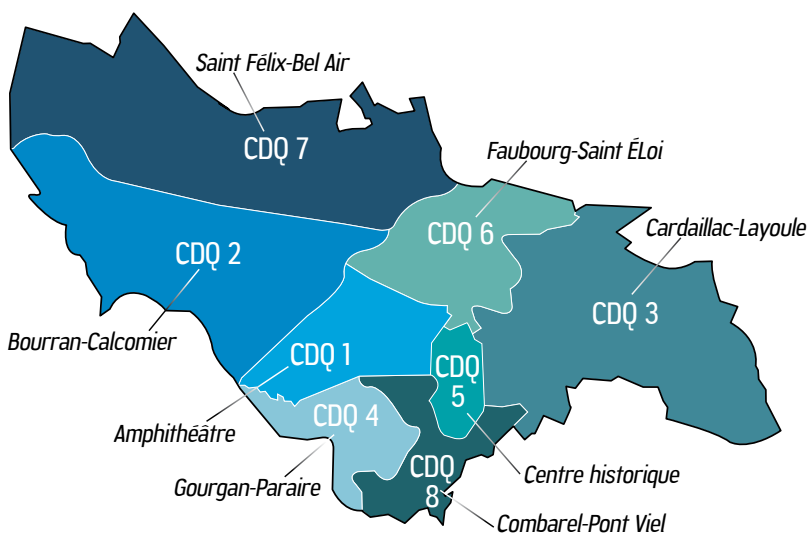
## *Qui participe au Conseil des aînés ?*

Le Conseil des aînés se compose de 2 collèges. Les membres titulaires et suppléants devront être âgés de plus de 60 ans (à la date d'élection) et seront désignés par tirage au sort après un acte de candidature individuel.

La présidence du Conseil des aînés est assurée en coprésidence par l'élu en charge de la démocratie participative et 1 membre élu par le Conseil.

### RENSEIGNEMENTS

05 65 77 88 00



***Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)***

26, place Eugène Raynaldy  
(immeuble face à la Mairie)  
12000 Rodez  
Tél. 05 65 77 88 90

***Foyer des personnes âgées Foch***

1, boulevard Gally  
12000 Rodez  
Tél. 05 65 68 28 33

***EHPAD Bon Accueil***

16, rue Planard  
12000 Rodez  
Tél. 05 65 73 57 00  
contact@ehpadbonaccueil.fr

***EHPAD Saint-Cyrice***

9, place du Sacré-Cœur  
12000 Rodez  
Tél. 05 65 67 06 75  
contact@ehpadstcyrice.fr

***Centre médico-social***

4, rue des Nattes  
12000 Rodez  
Tel. 05 65 76 52 80

*Le service social de Rodez est géré par le Centre médico-social. Des assistantes sociales vous y accueillent ou au Service social du Faubourg et vous reçoivent aussi aux Centres sociaux de Saint-Éloi et Gourgan. Les assistantes sociales répondent à vos questions lors d'entretiens téléphoniques du mardi au vendredi de 14 h à 15 h.*

## **OPH Rodez Agglo Habitat**

14, rue de l'Embergue

12000 Rodez

Tél. 05 65 77 14 40

contact@rodezagglo-habitat.com

## **Association Sépia**

15, avenue Tarayre

Maison des associations

12000 Rodez

Tél. 05 65 78 04 31

pointinfoseniors-sepia@orange.fr

**But de l'association :** *l'association Sépia (Séniors prévention information accueil) met en place un point info sénior pour orienter, informer, guider et apporter des réponses aux questions des personnes âgées et de leur entourage.*

## **A.R.O.C Aveyron Noria**

8 impasses peyre-stebe 3

Maison des associations

12740 Sebazac-Concoures

Tél. 05 65 46 97 86

**But de l'association :** *retarder les effets du vieillissement en évitant l'isolement en relation avec la fédération des AROC à Toulouse, 2 rue Georges Vivent. Elle tente d'organiser une chaîne de prise en charge en faveur des personnes ne pouvant plus se déplacer, favorise les voyages, les sorties, jeux et toutes activités culturelles ou physiques pour le « mieux vieillir ».*

## **Petits frères des Pauvres**

9, rue Victoire Massol

12000 Rodez

Tél. 06 07 05 77 28

pfprodez@gmail.com

**But de l'association :** *accompagnement des personnes souffrant d'isolement, de pauvreté matérielle, de précarités*

*multiples (intervient en priorité auprès des personnes de plus de cinquante ans).*

### **France Alzheimer Aveyron**

18, route Maquis Jean-Pierre  
12340 Bozouls  
Tél. 05 65 44 53 10  
Alzheimer12@laposte.net

#### **But de l'association :**

- *soutenir les malades et les familles (groupes de parole, haltes répit, halte relais couples, formations des aidants, cafés mémoire, réunions de familles, permanences, actions de convivialité, etc.) ;*
- *informer l'opinion et les pouvoirs publics ;*
- *former les bénévoles et les professionnels de santé.*

### **Lo Barri-Faubourg**

15, avenue Tarayre  
Maison des associations  
12000 Rodez  
lo.barri.faubourg@gmail.com

**But de l'association :** *créer du lien social, lutter contre la solitude, faire revivre le quartier du Faubourg.*

### **Palliance 12**

846, boulevard des Tamaris  
12850 Onet-le-Château  
Tél. 05 65 78 24 35  
contact.palliance12@orange.fr

**But de l'association :** *coordination du parcours de santé des personnes en soins palliatifs ou atteints de maladie chronique. Expertise /Conseil.*

## Clubs 3<sup>e</sup> âge

Rodez

### *Les Aînés*

Monsieur Jean BARDY

Club MJC - 1 rue Saint Cyrice

12000 Rodez

Tél. 05 65 67 22 53 (personnel)

### *Les Aînés de Gourgan*

Monsieur Yvan RAYMOND

Centre Social de Gourgan

Bd de-Lattre-de-Tassigny

12000 Rodez

Tél. 05 65 68 21 28

### *Les Aînés de Saint-Cyrice*

Monsieur Jean GLANDY

Résidence Saint Cyrice

9, place du Sacré-Cœur

12000 Rodez

Tél. 05 65 67 06 75 (maison de retraite)

### *Club des Grands Cèdres*

Monsieur Michel MAS

Maison de Retraite Bon Accueil

16, rue Planard

12000 Rodez

Tél. 06 08 48 30 78 (personnel)

### *Club des Aînés du Faubourg*

Monsieur Jacky BLANCHIS

Route de la Capelle Viaur

12450 Flavin

Tél. 05 65 73 57 00 (maison de retraite)

## Clubs 3<sup>e</sup> âge

### Rodez Agglomération

#### *Club 3<sup>e</sup> âge*

Madame ALAZARD

Place de la République

12000 Le Monastère

Tél. 05 65 42 52 76

#### *Club 3<sup>e</sup> âge*

Monsieur Simon LAURENT

9, place du Ségala

12450 La Primaube

#### *Les Alertes*

Madame Marie-Thérèse MOUYSSSET-COSTES

6, rue des Sources

12510 Olemps

Tél. 05 65 73 10 30 / 06 64 85 17 28

#### *La Bonne Entente*

Monsieur MAZENQ

Centre Social

Bd des Narcisses

12850 Onet-Le-Château

Tél. 05 65 78 47 58

#### *Les Aînés du Comtal*

Messieurs Joseph MAILLEBUAU et Emile VILLARRET

9, allée Jean Moulin

12740 Sébazac-Concoures

Tél. 05 65 46 93 08

## L'ACTU

### Après-midi belote à la salle des fêtes

Dans le cadre des animations à l'attention des séniors de la ville de Rodez et à l'occasion de « La Semaine Bleue\* », le CCAS organise un **concours de belote le mercredi 19 octobre 2016** à partir de 13 h 45 à la salle des fêtes de Rodez.

Tous les retraités de la ville désirant partager un moment de convivialité sont les bienvenus.

Entrée : 2 € (goûter compris)

**Inscription obligatoire** au CCAS les 6, 7, 10 et 11 octobre 2016.

#### CONTACT

CCAS - 26, place E.Raynaldy  
Tél. 05 65 77 88 93

\* semaine nationale des retraités et personnes âgées

Ville de Rodez  
Place Eugène-Raynaldy - 12000 Rodez  
05 65 77 88 00

[www.ville-rodez.fr](http://www.ville-rodez.fr)



solidarité