

Sortie à Toulouse le 20 avril 2023



## **BULLETIN DU SERVICE CONVIVIALITE SENIORS**

**Hôtel de ville de Rodez - 1er étage - 05 65 77 88 90**  
**Edition N°3 - 22 juin 2023**



Chers lecteurs,

L'été est arrivé et les grandes vacances se dessinent. Nos rédacteurs bénévoles vont s'octroyer un peu de repos. Le Service Convivialité Seniors restera néanmoins ouvert et notamment l'espace dédié aux seniors au 1er étage de la mairie.

Ce nouveau bulletin vous présente notamment une des missions du service Convivialité seniors auquel je suis particulièrement attaché. En effet un des objectifs de notre mandature est de favoriser et de préserver les liens des seniors dans la vie sociale.

Je vous souhaite une excellente lecture et un bel été.

Christian TEYSSÉDRE  
Président du CCAS de Rodez

# LES VISITES DE CONVIVIALITE A DOMICILE - INTERVIEW

Rencontre avec FRANCIS FOURNIE, Adjoint au Maire en charge de la Solidarité et de l'Action Sociale, Vice-Président du CCAS.

Le service convivialité était présenté dans le programme lors des dernières élections municipales, c'est un véritable service dédié depuis mai 2021. Il est fondé sur le fait que la population de Rodez comprend plus de 4500 personnes de plus de 65 ans et que, selon les prévisions, une augmentation de 15 % est prévue pour les 10 ans à venir.

Ce service assure une démarche préventive pour éviter l'isolement, la solitude, la précarité.

Tout débute par une prise de contact téléphonique puis une visite si la personne l'accepte. Lors de cette rencontre, les besoins sont évalués :

- aide aux sorties,
- jeux de société, jeux de mémoire,
- aide pour utiliser agglabus,
- lecture du journal,
- ateliers...



Un conseiller numérique peut se déplacer à domicile, aider pour rester en contact avec les familles si elles sont éloignées.

Important : si vous connaissez des personnes seules ou isolées susceptibles de bénéficier de ce service, signalez-les au CCAS ou demandez-leur de prendre contact avec le CCAS. J.S.



## PRIX PUBLIC LES YEUX DOC 2023

En mars, la Médiathèque de Rodez, partenaire du Service Convivialité Seniors, a organisé 4 projections de films documentaires à l'issue desquelles les spectateurs étaient invités à voter pour le Prix du Public Les yeux doc 2023.

Le film lauréat est "Dans la terrible jungle", réalisé par Caroline Capelle et Omblin Ley.

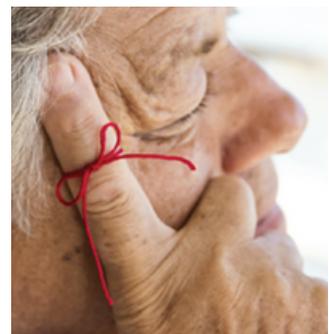
Si vous n'avez pas pu participer, vous pouvez emprunter le DVD ou visionner le film à partir du site de la Médiathèque. B.C.

<https://mediatheque.ville-rodez.fr/detail-d-une-notice/notice/1300700002-9824>

## ATELIER MEMOIRE "PEPS EUREKA"

Mis en place par le CCAS de Rodez grâce au partenariat avec M2P, les ateliers mémoire "Peps Eureka" constituent un support ludique et convivial. Cette démarche permet à notre mémoire d'être plus active afin de ne pas gaspiller notre énergie :

- *Catégoriser ses achats pour ne rien oublier,*
- *Faire un carnet de bord en indiquant ses lectures, ses films pour avoir un lieu où retrouver les livres lus et ne pas les reprendre à la médiathèque*
- *Mettre les objets toujours au même endroit pour les trouver plus vite*
- *Préparer son itinéraire avant de sortir*
- *Faire un tour de l'appartement avant de sortir afin de ne rien oublier*
- *Hiérarchiser les priorités, supprimer le futile qui encombre la mémoire*



Avoir une bonne mémoire passe de façon générale par une bonne hygiène de vie : s'hydrater, manger varié, faire une activité physique, dormir dans l'obscurité, éviter le stress avec une bonne organisation et un maximum de participation à la vie sociale.

L'ensemble de ces conseils sont prodigués par l'un des 12 participants au programme. C.D.

## SORTIE TOULOUSE le 20 avril 2023



Le déplacement vers Toulouse est animé par de papotages, de chants, de devinettes et nous voici au siège d'Airbus. Un chauffeur et des accompagnateurs au top !

Sur place, nous sommes pris en charge par une guide et la visite peut commencer en car, en effet le site occupe 720 hectares !

L'histoire d'Airbus nous est racontée pendant le trajet ainsi que son impact économique (25 000 salariés)

Cinq pays, chacun ayant leur spécificité fabriquent des parties

de l'avion, L'assemblage se situe à Blagnac dans divers hangars immenses. Depuis une plateforme, nous bénéficions de la vue sur un des ateliers. Cet assemblage est fait manuellement. (assistance de machines pour le transport des pièces)

Déception pour certains : Pas de Bellouga en vue sur la piste d'atterrissage mais par chance, un peu plus tard, nous en verrons un, atterrir devant nous.

Après un repas pris au restaurant sur le site, direction la place du Capitole au centre de Toulouse pour la visite de la ville en petit train. Retour vers Rodez toujours dans la joie et la bonne humeur avec plein de merveilles dans la tête. J. S.

## RETOUR AU XVIII<sup>°</sup>S, AVEC LE BUREAU DE BIENFAISANCE

Le Service Convivialité Seniors a certes quitté le bâtiment qui a accueilli le Bureau de bienfaisance devenu C.C.A.S. (Centre Communal d'Action Sociale), mais il n'oublie pas ses donateurs honorés en lettre d'or, immortalisant leur générosité.

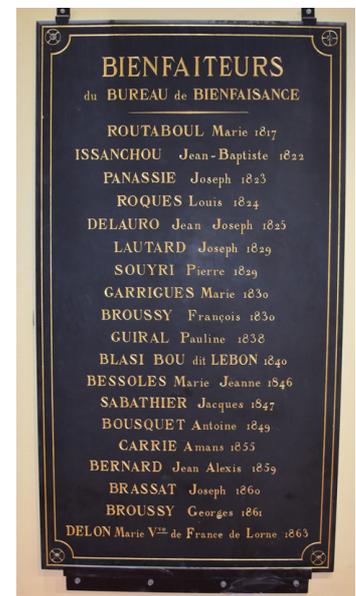
Un membre du Comité de rédaction de ce bulletin a fait quelques recherches en mémoire de ceux-ci. Il a choisi pour ce numéro de présenter :

### Blasi BOU dit LEBON

Parmi les figures ayant marqué Rodez, arrêtons-nous un instant sur Blasi BOU, né à Rodez en 1778 dans une rue qui portera son nom. Son père est tisseur de draps. Naturellement, le fils apprend le métier de tailleur d'habits. Son apprentissage terminé, il "monte à Paris" où il perfectionne ses connaissances. Rapidement, il acquiert le tour de main d'un "bon faiseur" devenant un façonnier à la mode et l'un des maîtres les mieux achalandés de la capitale. Parmi sa clientèle, on compte de nombreuses célébrités : Chateaubriand, Talleyrand, La Fayette, Stendhal, Rouget de l'Isle etc. Son travail, mais surtout ses relations spéculatives avec les banquiers, promoteurs des chemins de fer parisiens, vont lui assurer des bénéfices considérables. Il se retrouve alors à la tête d'une fortune évaluée à 420 000 francs or. Eu égard aux parisiens, il fait franciser son nom de famille patois, transformé en LEBON.

A 37 ans, perclus de rhumatismes, il abandonne son métier, vit de ses rentes et se retire à sa maison de Versailles où il mourra en 1846. Célibataire et sans héritier, il fait de la commune de Rodez sa légataire universelle "afin de soulager les pauvres honteux de sa ville natale". Les dévaluations successives ruineront cette fortune réduite à quelques centimes dont le solde 115,40 francs sera versé en février au Bureau de bienfaisance.

Le 7 avril 1900, un buste en bronze de Blasi LEBON, ciselé par Denys Puech, sera inauguré place du Bourg à Rodez, à quelques mètres de sa maison natale par le maire et la municipalité de Rodez, à la mémoire du bienfaiteur de sa ville natale. J.D.





# A vos agendas

## Sortie à la journée près de Lavour

Repas cabaret le jeudi 21 septembre



## Manifestations festives

Thé dansant de la Semaine Bleue

Jeudi 5 octobre 2023 à la salle

des fêtes à 14h00 et autres animations en préparation.



## Sports séniors



Le Service Convivialité Séniors de la Ville de Rodez place le sport à l'honneur pour la saison 2023/2024 avec l'organisation des JO en France dans quelques mois, en proposant plusieurs disciplines :

### ➔ Déclinaison de gymnastiques\*

(gym douce, méthode pilates, gym cérébrale, adresse et équilibre, e-sport).

### ➔ Marche adaptée avec bâtons, Aquagym, Initiation au vélo électrique et au vélo interactif

Séances en toute sécurité avec un moniteur.

\*cofinancement conférence des financeurs de l'Aveyron

## Ateliers prévention à thème

### ➔ «Maladies Cardiovasculaires»

avec Brain Up

### ➔ Cuisine anti gaspi ou création de produits ménagers

avec l'Agglomération du Grand Rodez.

### ➔ «Bien-Etre»

à thème et pratique de relaxation.



*Pré-inscriptions : 28 août au 8 septembre 2023*

*1er étage mairie : carte identité, justificatif domicile, RC, certificat médical aptitude aux activités sportives*

*Quelques modifications sont susceptibles d'être apportées. Le contenu définitif en août 2023.*

**Renseignements au 05 65 77 88 90**

## Distractions mensuelles

### Café convivialité

le 2ème mercredi du mois au 1er étage de la mairie à 9h30.



### Ateliers remue-méninges\*

Rendez-vous conviviaux type jeux

TV (quizz, énigmes, jeux de mots, ...)



➔ Mairie : vendredis 21 juillet, 18 août, 15 septembre 2023 à 14h

➔ Maison de quartier de Gourgan : le lundi 18 septembre 2023 à 14h

➔ Maison de quartier St Eloi : mardi 19 septembre à 15h30

En attendant de se retrouver, petite énigme concoctée par une adepte inconditionnelle M.D. :

Formez 2 noms de couleurs de 6 lettres avec les jetons :



### Atelier graine de joueurs

à la mairie pour accueillir de nouveaux joueurs et des personnes qui souhaitent apprendre à jouer à la belote, scrabble, et tout autre jeu de société.



### Atelier tricotage solidaire

à la mairie pour partager son savoir faire et/ou apprendre



### Atelier pétanque\*



\*cofinancement conférence des financeurs de l'Aveyron

## Foyer Ruthène à l'Hôtel de Ville

Situé au 1er étage de la mairie (avec ascenseur), vous trouverez un espace jeux (jeux de société et cartes) du lundi au vendredi de 13h30 à 17h00 ainsi qu'un espace lecture.

