



Dossier Lutter contre l'isolement
des personnes âgées
Page 6

Pour que vive le débat d'idées !

Je vous livre mes réflexions de militant aujourd'hui retraité, mais toujours citoyen actif.

Après avoir été un militant politique d'extrême gauche à partir de mai 68, mon entrée dans la vie active, m'a attiré vers l'organisation qui sait allier la nuance dans l'examen de la complexité, de l'analyse, tout en sachant pendre les décisions qu'impose la vie démocratique : la CFDT.

La CFDT a montré de nombreuses fois, depuis « son Recentrage » qu'elle conservait ces qualités, et cela s'est encore vérifié récemment dans sa réponse favorable à l'invitation du président de la Ré-

publique pour discuter en ce début de mandat.

Travaillant à l'université, plus que dans le travail syndical « classique », je me suis investi dans le champ du social, en conduisant une liste SGEN-CFDT aux élections du Comité des Œuvres Sociales des universités et du CNRS de Grenoble (CAESUG). J'ai ainsi traduit dans ce champ, les valeurs du syndicat pendant tous mes mandats.

J'ai parallèlement, fait adhérer mon comité à l'association inter-CE ALICES, et me suis investi naturellement dans son organe de direction, où j'ai développé le secteur culturel dans lequel nous

avons intégré la recherche de spectacles de Noël.

Aujourd'hui, je souhaite rester actif, et renseigné, mais je ressens un grand manque du débat d'idées que les partis autrefois assuraient.

Ce manque peut être satisfait par l'organisation de débats, en invitant des auteurs de livres en sciences sociales, sujet d'intérêt de la CFDT. A ces débats peuvent être invités des citoyens intéressés par le sujet traité.

Cette proposition vise à :

Favoriser le débat d'idées, élargir l'audience de la CFDT, revitaliser la Démocratie.

Gilles ESCALA le 12 juin 22

En marge de la Journée des Droits des Femmes, de chaque 8 mars, je souhaite évoquer une problématique liée à l'avancée en âge : âgisme et sexisme, la double peine.

Agisme et sexisme

En 1970, Simone de Beauvoir a signé un essai intitulé « La vieille », traitant de la place et de l'image de la femme âgée. Cinquante ans plus tard, une jeune journaliste, Marie Charrel, reprend cette thématique sous un titre provocateur : « **Qui a peur des vieilles ?** ». Editions Les Pérégrines. 2021. C'est un essai historique et sociologique documenté, mais qui laisse aussi une grande place aux témoignages souvent douloureux, mais aussi positifs et constructifs, des principales concernées, femmes anonymes, célèbres, d'âges et de cultures différents (quelques témoignages masculins aussi!).

Le constat est quand même bien amer. Plus notre société vieillit, plus elle a un problème avec les vieux en général, et les

vieilles en particulier, plus la peur viscérale du vieillissement nous envahit, avec son cortège de rejets, de dénis...

Cet essai dénonce la double peine de l'âgisme et du sexisme portée par les femmes, parfois dès 50 ans, car inconsciemment, la femme est toujours considérée à l'aune de sa fonction de reproduction, et soumise à de fortes injonctions de jeunisme. Pour rappel, l'âgisme définit toutes les formes de discrimination, de ségrégation et de mépris fondées sur l'âge, ces discriminations étant souvent liées dans nos sociétés, à certaines valeurs prégnantes telles que beauté, force, performance, utilité... Le sexisme, lui, est une discrimination fondée sur le sexe ou le genre d'une personne. Le sexisme est lié à des préjugés et stéréotypes comme par exemple la croyance qu'un sexe serait supérieur à l'autre...

Retraité-e-s adhérent-e-s aux valeurs portées par la CFDT sur ce sujet, nous avons un devoir de vigilance et de solidarité, dans notre quotidien, nos activités,

militantes ou autres. Si l'âgisme nous concerne toutes et tous, le sexisme lié à l'âge touche de plus beaucoup de femmes. Double peine. Au delà des violences physiques et des féminicides, qui n'épargnent aucun âge, il y a aussi la violence insidieuse, verbale ou comportementale, celle qui blesse, qui démolit, qui détruit parfois, celle qui peut se glisser partout dans nos quotidiens, y compris dans le cadre militant. Parce que femme, et âgée. Double peine. La CFDT, y compris dans ses instances de retraités, s'engage pour la prévention des violences sexistes. « Dans nos structures internes, aucun comportement sexiste et déplacé ne doit être admis ». C'est déjà un bel engagement. Mais qui écoute la parole des « vieilles » malmenées, humiliées ? Comment porter cette double peine haut et fort pour que le regard, les attitudes changent au niveau sociétal ?

Dans un tout premier temps, ne pourrait-on pas à notre petit niveau, en débattre dans notre UTR ou nos ULR ?

Agnès LAEUFFER

Comment imposer le respect ?

L'irrespect, le manque d'attention et d'écoute, c'est ce qui se passe en haut lieu. Spécialement avec le débat sur la réforme des retraites : quand nos gouvernants font passer en force un texte de loi au mépris des citoyens déjà fragilisés par les hausses de prix (14.2 % sur les prix alimentaires).

La colère ne semble pas prête de retomber. Des millions de Français continuent de défiler dans la rue, pas seulement à Grenoble ou dans les grandes villes mais aussi à Saint-Marcellin, Vienne, Voiron, Bourgoin, Vizille, Bourg d'Oisans, Monestier de Clermont. Les photos en première page de ce Repères n°51 imposent le respect. Quel contraste avec les insultes, les atteintes à la dignité, en direct ou en différé, depuis notre Assemblée Nationale !

Les retraités démontrent par leur présence très importante à chaque manifestation qu'ils soutiennent les générations à venir. Ils n'acceptent pas qu'on prolonge de 2 années supplémentaires le droit à une retraite bien méritée, alors que beaucoup de seniors sont sortis de l'emploi avant leur retraite effective par leur employeur. Ils ont bien compris que notre Président, bien loin des préoccupations des citoyens, souhaite rassurer les marchés financiers par des rentrées d'argent supplémentaires qui passent par un allongement du temps de travail.

Ce n'est pas une réforme sociale, c'est une réforme économique, et c'est totalement inacceptable.

C'est le même Président qui fin 2017 a retiré 4 des 10 critères de pénibilité pour faire plaisir au MEDEF. Ce sont ceux liés à des contraintes physiques marquées (postures pénibles, vibrations mécaniques, manutention manuelle des charges), à des agents chimiques dangereux notamment les poussières et les fumées.

Pourquoi une intervention télévisée à 13h ? Parce qu'Emmanuel MACRON voulait surtout s'adresser à ses électeurs retraités. Il semble se désintéresser

de la France qui travaille, qui soutient massivement le retrait de la réforme des retraites. Minoritaire au parlement, il s'accroche à ce qui lui reste....

Il se permet d'attaquer le Secrétaire Général de la CFDT Laurent BERGER qui ne penserait pas comme les militants(es) de son Congrès. C'est sûr que notre Président décide tout seul dans son palais, il ne peut comprendre qu'à la CFDT, ce sont les Syndicats qui votent en Congrès l'orientation pour les 4 ans à venir.

S'il voulait attiser les braises, il a réussi. Merci Monsieur le Président !! Mais le problème, c'est que les manifestations se radicalisent et la violence augmente.

En contrepoint du mépris manifesté par nos dirigeants, ce numéro de Repères espère illustrer notre volonté de pratiquer le respect, de s'opposer aux injustices, de défendre les valeurs de la CFDT.

En septembre 2021, Le gouvernement de Mr CASTEX supprime le projet de loi « grand âge » tant promis depuis longtemps, ne respectant pas ainsi ses engagements.

Nous, retraités devons prendre conscience que notre qualité de vie dépendra de l'adaptation de notre logement, de l'aménagement architectural, de son accessibilité aux déplacements en proximité des services publics, des commerces, des médecins, des pharmaciens, des moyens de transports en commun adaptés. L'isolement ne concerne pas que les personnes âgées, mais renvoie à une problématique qui concerne la société. Face à un modèle où la vieillesse n'a plus sa place, la lutte contre l'isolement ne pourra être résolue que par la mise en place d'une société solidaire et tolérante. Parce que les personnes âgées en sont les plus touchées, la prise en charge et l'accompagnement de ce public mérite le respect et une attention particulière de la part de la société.

La Commission Exécutive

SOMMAIRE

LE DOSSIER P. 6

Lutter contre l'isolement des personnes âgées

P. 2 Courrier des Lecteurs

P. 3 Edito

P. 4 Rencontre avec Noël GIRARD dans le Trièves loin de Grenoble

P. 5 Pauvreté, mobilité et isolement en Chartreuse

P. 9 "VADA" : Levier d'action pour lutter contre l'isolement

P. 10 Commission Qualité de Vie : Alimentation soif d'information

P. 11 INTER CVS un réseau pour se faire entendre

P. 12 Hommage à Jérôme DOUADY

JOURNAL DES RETRAITÉS CFDT DE L'ISÈRE

Editeur : UTR 38 CFDT - Bourse du Travail

32 Av de l'Europe 38030 GRENOBLE Cedex 2

Imprimerie : Vigny-Musset REPRO GRENOBLE

Directeur de publication : Josette DIZET

Maquette et mise en page : Bernard ALBERT

Rencontre avec Noël GIRARD dans le TRIÈVES loin de Grenoble

Dans les années 1970 Noël a été à la création de la CFDT chez les COMMUNAUX de Grenoble qui par la suite est devenue INTERCO

Peu après sa retraite, Noël est remonté dans son Trièves natal. Il descendait régulièrement sur Grenoble, malgré les embouteillages, pour représenter l'UTR au CODERPA, assister à la commission santé et aux réunions de l'ULR de Grenoble Agglo et Sud Isère.

Depuis quelques années il est retenu à son domicile en tant qu'aidant de son épouse.

Le 2 mars nous lui avons rendu visite pour avoir de ses nouvelles et aborder avec lui deux thématiques :

1) Prise en charge d'une personne en perte d'autonomie (GIR1), en zone très rurale

Points positifs :

- * Personnes et structures ressources utilisées : Médecin traitant, Mairie, Assistante Sociale de la Maison du Territoire, ADMR.
- * Mise en place, avec l'APA, de soins d'hygiène 7j/7, de portage des repas, de surveillance du

traitement.

- * Accès à un « Groupe des Aidants » local

Points négatifs :

- * Le temps consacré au soutien du « groupe des aidants » est inclus dans le forfait APA, et comme les besoins d'aides en soins sont importants, ce financement APA n'est pas suffisant. C'est la solidarité familiale ou amicale qui permet de dégager le plus souvent ce temps précieux.
- * Les chèques « Sortir plus » ne sont pas utilisables en dehors des Associations
- * Médecine spécialisée : quasi absente sur le Trièves et le Plateau Matheysin : des médecins spécialistes du CHU de Grenoble viennent faire des permanences à l'hôpital de la Mure...

2) Transports en montagne

- * La ligne ferroviaire Grenoble-Gap est à nouveau utilisable. Pour cela, il faut se rendre à Clelles, gare la plus proche. Mais il n'y a pas de ligne de bus régulière pour desservir cette gare.

- * Il existerait une Association d'aide au Transport à la demande sur Monestier de Clermont.
- * Et deux aller-retour de Mens à Grenoble par car possibles en semaine
- * Possibilité d'utiliser les transports scolaires si non remplis.

Agnès, Bernard, Alain, Maxence

En lien avec notre rencontre de Noël GIRARD, l'âme du Trièves chantée par GIONO

"Cette construction-là, avec ses énormes montagnes où s'appuie le ciel ; cette haute plaine du Trièves cahotante, effondrée, retroussée en houle de terre, cette haute plaine du Trièves tout écumante d'orges, d'avoines, d'éboulis, de sapinières, de saulaies, de villages d'or, de glaisières et de vergers ; son tour d'horizon où les vents sonnent sur les parois glacées des hauts massifs solitaires".



Et à Mens, l'avenir en germe...

Sous la forme de billets découverts aux coins de la rue écrits par des scolaires :

- * **Plus tard quand je serai grande je serai gymnaste, danseuse, chanteuse, pianiste...**
- * **Moi mon pouvoir c'est d'être gentille**
- * **J'ai envie de devenir explorateur**

Pauvreté, mobilité et isolement en Chartreuse

Des témoignages d'habitants qui pointent les difficultés

Un rappel pour commencer : en France, en zone urbaine 40 % des déplacements sont faits en automobiles, le pourcentage dans les zones rurales, de basse ou moyenne montagne passe à 70 %.

Pour les habitants qui ne sont pas motorisés, l'éloignement par le relief montagneux et la dilution des structures rend problématique l'accès aux services et équipements : le temps, les distances sont plus longues sans oublier les facteurs climatiques (routes difficilement praticables) et géographiques (implantation des services et équipements plus difficile qu'en plaine en raison de la pente). Cela a un impact économique et psychologique : les déplacements deviennent une charge mentale !

Parmi des témoignages d'habitants de Chartreuse, il y a celui de Christelle : « Les accès en montagne sont très compliqués, 10 km en montagne, ce n'est pas 10 km en plaine à Saint Laurent du Pont. Ici de toute façon on ne compte pas en kilomètres mais en durée. Ce n'est pas la même manière de se déplacer. Mais c'est vrai que c'est plus compliqué en montagne qu'en plaine, on a la neige... et les distances sont beaucoup plus longues. En fait tout déplacement ici demande du temps, de l'argent et de l'énergie, Tout doit être calculé ».

Autre témoignage, Stéphanie confirme : "Ici tout est long,

c'est vrai que sur la Commune d'Entre-Deux-Guiers, on peut se dire chouette, il y a plein de commerces de proximité mais c'est faux, je n'appelle pas ça commerce de proximité, alors, certes je mets moins de temps pour aller à la boulangerie que si je suis dans un hameau de St Pierre mais je ne me nourris pas que de pain, mon quotidien ne peut se résumer qu'à ce genre de commerce, je crois que le fait qu'on soit proche de 3 grosses villes fait disparaître certains commerces, enfin je n'en sais rien, c'est une distance relative mais un temps fou à prendre".

De quoi illustrer le débat autour de la proximité.

Christelle ajoute : « y'a des contraintes pour l'habitant-lambda, mais les contraintes sont décuplées et peuvent te mettre facilement au fond du trou quand tu n'as pas les moyens d'avoir une bonne voiture, d'avoir les commerces et les services de soins pas très loin, d'avoir les moyens financiers pour surmonter les contraintes de la montagne. En fait ne pas avoir de voiture, subir les distances-temps, ce fut un choix imposé par mon manque d'argent, donc la contrainte d'être immobile est plus subie. Je ne sais pas si je suis claire mais en gros, si tu veux vivre ici il faut quand même avoir les moyens économiques et sociaux, avoir un bon réseau de connaissances et des liens forts ».

La question des déplacements est un point crucial, comme la santé, le travail, la participation citoyenne.

Dans ce type de territoire, la précarité renforce l'effet de l'éloignement. Difficile de renforcer son *lien social*, de rechercher un emploi si l'on est sans voiture. C'est le cas de Marc : « Il me faut une voiture mais pour l'instant je n'en ai pas. J'espère en trouver une qui ne soit pas trop chère et surtout qu'elle ne consume pas beaucoup d'essence parce que depuis mon hameau, il en faut de l'essence ! »

Christelle insiste : « En milieu rural, on ne peut pas faire sans voiture et avoir une voiture, ça coûte très cher d'entretien, quand tu as des très petits revenus, le budget voiture est colossal ».

Le climat, le relief, les pentes, l'éloignement des services caractéristiques des milieux de moyenne montagne, rendent plus aigües les difficultés. Ce n'est pas forcément plus simple en plaine. Comme le dit Michel, de St Laurent du Pont : « dans un moment de galère, j'ai dû faire un choix entre essence et chauffage pendant quelques jours, j'ai donc choisi l'essence sinon je ne pouvais plus me déplacer » : un choix qui illustre une double vulnérabilité énergétique dans le logement et dans le transport.

La prépondérance de la voiture individuelle est liée à une offre insuffisante ou peu adaptée des transports en commun. Comme en témoigne Christelle : « J'aimerais bien prendre les bus mais le problème ; c'est déjà de trouver un moyen pour aller de ma maison dans le hameau jusqu'au bourg d'Entremont, c'est déjà un chemin de croix et ensuite du bourg aux 3 plus grandes villes du coin ».

La mobilité est encore plus difficile quand on n'a pas les revenus suffisants pour disposer d'un véhicule ou lorsque les handicaps physiques l'empêchent. Dans le massif de la Chartreuse, pauvreté et précarité sont facteurs d'isolement. Seule la solidarité entre les habitants permet de pallier partiellement ces situations difficiles.

Franklin PAQUIN



Carlyne en novembre, nos actes sans plus attendre !

En introduction à la journée organisée par notre UTR le 24 novembre dernier, Carlyne Berthod, chargée de mission "Ville Amie des Aînés" a donné les chiffres et décrit la réalité de l'isolement des personnes âgées. "Aller vers" nos propres adhérents : des initiatives à développer !

Une étude menée par l'association "Les Petits Frères des Pauvres"

Publiée en 2021, elle recense près de **2 millions de personnes âgées de 60 ans et plus, isolées** de leurs familles et amis. Parmi ces 2 millions, **530 000** sont confrontés à une situation d'isolement extrême, et ne bénéficient de quasi aucune rencontre.

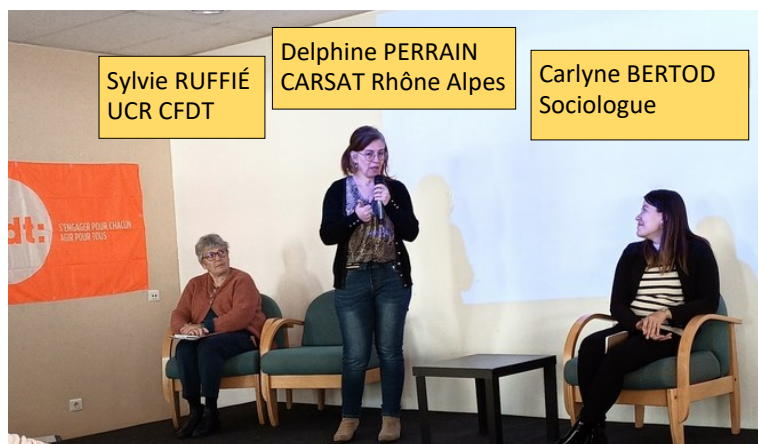
La crise sanitaire liée à la COVID-19 a largement contribué à accroître les situations d'isolement chez les aînés. En 2017, « Les Petits Frères des Pauvres » identifiaient **900.000** personnes en situation d'isolement.

<https://www.petitsfreresdespauvres.fr/informer/nos-actualites/nouveau-rapport-sur-l-isolement-530-000-personnes-agees-en-situation-de-mort-sociale-en-france>

Selon le Ministère des Solidarités, de l'Autonomie et des Personnes Handicapées, près **d'un quart des plus de 75 ans** sont en situation d'isolement.

Isolement et solitude : de quoi parle-t-on ?

Il existe une certaine confusion entre les termes de *solitude* et *d'isolement*, chacun renvoie à des réalités différentes. La *solitude* correspond à un sentiment, à une impression. *L'isolement* désigne quant à lui, un état avéré au moyen d'indicateurs malgré tout, perfectibles. L'isolement correspond au « nombre de contacts qu'entretient un individu au sein de son réseau de sociabilité ». Le sociologue Serge PAUGAM, définit l'isolement social comme "l'impossibilité de recourir à des proches en cas de difficultés" (2011).



Des facteurs qui exposent davantage à l'isolement social dans l'avancée en âge

- Rupture du lien de conjugalité (par divorce, veuvage ou séparation) ;
- Perte de proches ;
- Perte de mobilité (difficultés motrices) ;
- Entrée en institution (établissement d'hébergement collectif à destination des aînés).

Un portail des initiatives pour "rompre l'isolement des personnes âgées"

Un portail baptisé « *Portail des initiatives : rompre l'isolement des personnes âgées* », est accessible sur le site internet du Ministère de la Santé et de la Prévention.

Il a « *vocation à recenser l'ensemble des actions et outils libres d'accès et disponibles sur l'ensemble du territoire pour aider à la lutte contre l'isolement des personnes âgées* ».

<https://solidarites-sante.gouv.fr/affaires-sociales/autonomie/rompre-isolement-aines/>

Il comporte trois rubriques :

- Citoyens et associations ;*
- Personnes âgées et leurs aidants ;*
- Elus locaux.*

Un phénomène moins connu : l'isolement résidentiel

L'isolement résidentiel touche majoritairement les femmes, dans la moitié Nord de la France et **en milieu urbain**. Une étude menée par l'*Observatoire des Territoires* (rattaché à l'Agence Nationale de la Cohésion des Territoires, ANCT) en 2022, s'est attachée à décrire ce phénomène de l'isolement résidentiel <https://www.observatoire-des-territoires.gouv.fr/kiosque/2021-2022-rapport-cahier-1-demo-chap-03-07-lisolement-des-personnes-agees-des-enjeux>

- * Le risque d'être isolé et de voir ses relations sociales se réduire, s'accroît avec l'âge.
- * En 2018 en France : 2,4 millions de personnes âgées de 75 ans et plus vivent seules, soit 42,5%. A Grenoble, 1 ménage sur 2 se compose d'une seule personne.
- * La probabilité de vivre seul augmente dans l'avancée en âge (sous l'effet du départ des enfants ou encore du décès du conjoint).
- * L'isolement résidentiel touche davantage les femmes (54,9%, contre 23,8% des hommes).

DOSSIER *Lutter contre l'isolement des personnes âgées*

Comprimés vitaminés contre l'isolement !

Une production des ateliers de la journée d'étude du 24 novembre 2022 .

LIEN SOCIAL, AUTONOMIE, MOBILITÉ : un cocktail de constats, de réflexions et de propositions à effets immédiats et durables !

ENTREtenir LE LIEN SOCIAL, miser sur la proximité, à commencer par nos adhérents.

Un premier constat : des ULR sont sans nouvelles d'adhérents qui payent leur cotisation mais qu'on ne voit plus. **Un travail collectif contre l'isolement est à organiser dans chaque ULR.** Les militants dans nos ULR sont les mieux placés pour **identifier les adhérents isolés** ; les appeler ou les visiter régulièrement. Dès la fin de l'année, certains d'entre nous se sont déjà mobilisés dans ce

sens et se sont lancés dans les **contacts téléphoniques** (le "phoning"). Pour ceux et celles qui ont déjà tenté l'expérience, ces initiatives sont appréciées : **les retours sont plutôt gratifiants.**

Autre idée : associer les adhérents à des tâches utiles, exécutées dans la convivialité, comme par exemple les **mises sous enveloppe des Repères.** Des adhérents sont également partants pour des bons moments, des **sorties et rassemblements festifs.**

Oser les rencontres à thème : au-delà des AG, réunions diverses, galeries des rois... les ULR peuvent-

elles, comme certains le suggèrent, être à l'initiative d'échanges entre les adhérents, de partage des savoirs et des compétences ? Par exemple développer les infos sur l'habitat partagé, participatif, relayer les infos communales sur les activités associatives, les programmes et projets à vocation intergénérationnelle, les aménagements urbains...

Dans les UTR, la CFTD pourrait **favoriser les rencontres entre retraités et futurs retraités** et pourquoi pas, inviter les retraités militants aux sessions de "préparations à la retraite" des salariés ?

AMÉLIORER, PRÉSERVER L'AUTONOMIE pour prévenir l'isolement

Différents facteurs conduisent à l'isolement : des facteurs personnels tels que la perte de mobilité, perte d'audition, vue, mémoire, difficulté de se déplacer, mais aussi, pour certains, le faible niveau des retraites. L'environnement familial, la situation de famille jouent aussi : deuil et divorce créent l'isolement psychologique, l'éloignement des enfants et petits-enfants...

Sans oublier les facteurs externes : les activités que l'on ne peut plus faire à cause d'un déménagement, mais aussi l'environnement autour de son lieu de vie, l'existence de commerces de proximité ou pas, les services publics qui se font rares et peu accessibles (La Poste, etc.), l'absence de commerces itinérants, ou bien l'appréhension de sortir en ville (aggravée avec les trottinettes)

Les moyens de communication moderne peuvent nous laisser désemparés (les outils numériques, le télé-

phone portable...), mais ce peut-être l'occasion de faire appel à nos proches (enfants, petits-enfants, voisins, amis...) pour des dépannages, pour apprendre à se débrouiller avec les fonctions basiques, les enregistrements de photos, les téléchargements...

Un mot d'ordre revient souvent dans nos conférences-débats : l'invitation à **ANTICIPER** nos conditions de vie dès 70 ans, par exemple choisir d'habiter dans une ville moyenne, ne pas exclure d'habiter en résidence Sénior.

L'HABITAT, la manière d'habiter : la clé pour de bonnes conditions de vie :

l'association « DIGI » : Repères s'est déjà fait l'écho des services proposés par DIGI sur Grenoble et Bourgoin. Il s'agit d'un contrat qui permet à un étudiant de loger pour un coût modique en échange d'une présence et de menus services rendus à la personne âgée qui l'héberge.

TASDA (Technopôle Alpes- Santé &Autonomie), 48 rue Félix Esclançon est un centre expert des innovations pour le bien-vieillir. Parmi les réalisations : un appartement témoin aménagé à Grenoble « TASDA »

SOLHA Solidaires pour l'habitat , 37 rue de la liberté, 38600 Fontaine_04 76 47 82 45 : des conseils et des financements pour réhabiliter un logement, réaliser des travaux d'économie d'énergie, adapter le logement en cas de perte d'autonomie;

La SDH propose des programmes de logement intergénérationnel : programme à St Quentin Fallavier à l'initiative de SDH pour familles, personnes âgées, personnes handicapées ; Programme à Bonnefamille

MOBILITÉ : AMÉLIORER L'OFFRE DE TRANSPORTS en milieu urbain et rural.

Les transports en commun ne sont pas la solution idéale et peuvent devenir problématiques (bus bondés,

freinages intempestifs...). La gratuité des transports (discutable selon certains) ne résoudrait pas ces difficultés.

Certains ont encore la capacité d'utiliser leur voiture individuelle, mais jusqu'à quand ?

Et qu'en est-il du passage à la voiture électrique dans les années à venir pour les personnes âgées, obligatoire avec les zones à faible émission (ZFE). Les personnes âgées ne pourront pas s'engager dans un emprunt pour financer un nouveau véhicule.

DOSSIER *Lutter contre l'isolement des personnes âgées*

Le transport à la demande, qu'est-ce que c'est ?

Le Transport à la demande (TAD), c'est un service de transport collectif qui permet de réaliser des déplacements ponctuels, de proximité et complète l'offre de transport du réseau.

Vous êtes pris en charge au pas de votre porte et conduit sur le lieu de votre choix. L'accès au service est possible pour un aller, un retour simple ou un aller/retour.

En région grenobloise ce service est assuré par la SEMI-TAG : un service de transport en minibus dédié aux personnes à mobilité réduite qui, du fait de leur handicap, ne peuvent pas emprunter le réseau TAG, seules ou accompagnées.

Le service Flexo+ PMR offre un transport de porte à porte, ou en rabattement sur un arrêt du réseau TAG.

La prise en charge ainsi que la dépose du voyageur s'effectuent sur le domaine public (voiries carrossables, trottoirs, parkings accessibles au public), dans des conditions de sécurité satisfaisantes.

Tarif : le service est accessible avec la tarification habituelle TAG (carte à voyages ou abonnement), y compris pour les accompagnateurs. Chaque prise en charge équivaut à un voyage.

Une permanence est à votre disposition par téléphone au 04 76 20 66 33 ou par mail : pmr@semitag.fr aux horaires suivants :

- de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 18h00 du lundi au jeudi,
- de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h30 le vendredi et pendant les vacances scolaires.

Question transports, quelles sont les attentes de nos adhérents ?

Un bon sujet pour le groupe de travail constitué suite à la journée d'étude un groupe de travail. Dans le but notamment de sortir un livret d'informations "mes droits au transport", de réunir toutes les informations sur la question, faire l'inventaire des solutions sur le département, les aides financières, les expériences solidaires de covoiturage ou autres, les solutions proposées par les communes et les CCAS...

Pour limiter, à la racine, les contraintes de déplacement, les ULR pourraient-elles être à l'initiative de réunir les partenaires, les associations sur un territoire, afin de réfléchir aux moyens de faire face à la disparition des services publics et aux déserts médicaux ?

LUTTER CONTRE LA FRACTURE NUMÉRIQUE

Les applications aident à ne pas être isolé : WATSAPP, Visio, Famileo "le journal familial qui fait le bonheur des grands parents"

Disposer d'un ordinateur : se faire conseiller, se faire accompagner, avoir une idée des rapports qualité-prix, ne pas négliger les offres d'appareils reconditionnés, mais ne pas se perdre dans la jungle des abonnements internet.

Apprendre à se servir d'un ordinateur, ou bien se rendre dans un lieu dédié tels que ceux proposés par les communes, les CCAS, Maison et bus France service, Médiathèques, Cyber-café ou mixage-café.

Chaque ULR ne pourrait-elle pas avoir un ordi banalisé à disposition pour accéder aux démarches en ligne, éventuellement avec une aide ? **L'UTR et la Commission**

Qualité de Vie ont engagé un programme de formation à l'utilisation d'un ordinateur depuis décembre 2022.



La commission Qualité de la vie œuvre pour atténuer la fracture du numérique pour les adhérents

CFDT. Plusieurs chantiers ont abouti comme des conférences sur « Les attaques sur Internet » et « Impact du numérique sur l'environnement » ou sont en cours comme le parrainage informatique et les ateliers numériques. Je vais vous parler de ces derniers.

Nous avons mis en place un cycle d'ateliers se déroulant

à la bourse du travail, les mardis après-midi. Huit adhérents participent à ceux-ci et sont pleinement satisfaits. L'association AGIRabc les encadre avec des bénévoles retraités. La disponibilité des animateurs, une personne pour un apprenant, est très appréciée et positive. A ce jour, seulement deux séances ont eu lieu mais voici les témoignages des participants. Unanimement, ils répondent que le contenu répond à leur souhait.

>>>

>>> Ils ont des notions en informatique liées à leur travail passé. Cependant, à la retraite, ils sont livrés à eux même, sans « hotline ». Ces ateliers leur permettent de réapprendre les bases essentielles pour classer, renommer, enregistrer des fichiers et récupérer des téléchargements par exemple. Un document PDF de synthèse est envoyé après chaque séance.

Parole d'une stagiaire : "les ateliers m'ont permis de poser les questions à mon rythme et aussi d'essayer sans avoir peur de me retrouver seule devant un problème. En fait, cela m'a remise en confiance et surtout

permis de dépasser l'inquiétude pour avoir envie d'explorer les possibilités offertes par cet outil. Je suis ravie de cette expérience".

Une autre précise qu'elle avait pu renseigner sa feuille d'impôts sur le site gouvernemental.

La commission constate que l'expérience est réussie, nous ferons le point en fin de cycle. Seul bémol, la nécessité de posséder un ordinateur portable a causé quelques difficultés à certains stagiaires. Si l'expérience est reconduite, nous veillerons à trouver une solution ●

"VADA" : levier d'action pour lutter contre l'isolement

Avec VADA, réseau des **Villes Amies des Aîné(e)s**, la Ville de Grenoble comme beaucoup d'autres villes et communes en France, s'est engagée dans cette démarche participative initiée par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), dont la finalité est d'accroître la qualité de vie des aîné(e)s, en les associant à l'élaboration des politiques publiques locales : <https://www.villesamiesdesaines-rf.fr/>

En novembre 2022, 86 fiches retours d'expériences concernent la lutte contre l'isolement, dans toute la France, à travers des initiatives comme par exemple:

La plateforme « Allô écoute seniors » de Toulouse ;

Le réseau de visiteurs bénévoles de la Communauté de Communes du Pays-de-Mormal ;

Le dispositif « Paris en compagnie » (aide aux déplacements des aînés) ;

Le service de portage de livres à domicile de Blagnac. ...

À Grenoble et ailleurs, des retraités CFTD engagés à VADA pratiquent le "phoning" et n'ont pas attendu novembre pour "aller vers" nos camarades invisibles par temps de COVID. Une incitation à mettre à jour nos listes d'adhérents et à nous perfectionner dans l'art du contact par téléphone, pas seulement en cas de crise sanitaire.

Depuis janvier 2019, le Conseil des aîné-es de Grenoble s'engage, notamment dans la lutte contre l'isolement des habitants âgés. Il s'agit d'une instance participative et paritaire, composée de 36 Grenoblois et Grenobloises de 55 ans et plus, représentant les six secteurs de la ville, dédiée à l'accompagnement, au suivi et à l'évaluation de la démarche locale « Ville Amie des Aîné(e)s ». Ce conseil des aîné(e)s se veut force de propositions pour des projets destinés à améliorer le quotidien des personnes âgées. Il est fréquemment sollicité par des services de la Ville et du CCAS de Grenoble, afin de veiller à ce que les projets municipaux soient compatibles avec l'avancée en âge des habitants. Le Conseil des Aîné(e)s s'est impliqué au sein d'un **groupe de travail personnes âgées/COVID-19** chargé de fournir des recommandations spécifiques, pour la cellule de crise générale mise en place par la Ville de Grenoble, pendant les périodes de confinement successives. Sur la base du volontariat, les membres du Conseil des aîné(e)s, mènent des actions *d'aller-vers* auprès des habitants vulnérables et invisibles. A nous de mener ces actions (phoning, présentiel, attentions particulières...) en direction des invisibles de notre syndicat.

Zoom sur le "Registre Personnes Fragiles et Isolées" du CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) de Grenoble

Chaque commune a l'obligation de constituer un registre nominatif, destiné à assurer une veille sociale auprès des habitants les plus vulnérables, en cas de périodes de fortes chaleurs. Il porte différentes appellations selon les territoires (Registre Canicule par exemple). A Grenoble, ce registre s'appelle « Registre Personnes Fragiles et Isolées », est activé pendant les périodes de canicule, de grand froid ou de crise majeure (à l'image de la crise liée à la COVID-19). L'inscription sur ce registre s'effectue sur la base du volontariat.

Peuvent s'y inscrire :

* Les personnes âgées de 65 ans et plus ;

* Les personnes de 60 ans, reconnues inaptes au travail ;

* Les adultes en situation de handicap.

A Grenoble, le « Registre Personnes Fragiles et Isolées » est géré par le CCAS, qui mène actuellement un travail autour d'un baromètre de fragilité, destiné à faciliter l'orientation vers des services qui s'adressent aux aînés (comme le Service Social Personnes Âgées).

Afin d'accroître la connaissance autour de ce dispositif, des actions *d'aller-vers* en triporteur, avec documentation et convivialité, sont menées depuis 2021, dans différents quartiers, parcs, marchés, de la Ville de Grenoble. L'édition 2022 a été organisée avec les membres volontaires du Conseil des aîné-es de Grenoble.

Agnès LAEUFFER

Alimentation : soif d'information !



« Comment s'informer sur l'alimentation en gardant un esprit critique ? »

La commission Qualité de vie de l'UTR vous propose différentes pistes d'information

1- La CFDT

Le **Pacte du pouvoir de vivre** dont la CFDT est signataire contient 90 propositions dont 5 sont consacrées à l'agroécologie. Un exemple, sortir des pesticides et des engrais de synthèse pour pouvoir se nourrir sainement.

Le **magazine Fil Bleu** offre régulièrement des articles en lien avec l'alimentation. Un exemple : Dossier sur « Agriculture et Alimentation, Santé de la terre, des agriculteurs et des consommateurs. Le nouveau défi de l'agriculture et de l'alimentation ! » (n° 268 -2022).

Nous vous invitons à réagir à cet article sur notre boîte mail Qualité de Vie : qvcfdt@gmail.com

Le prochain article : Comment comprendre les différents étiquetages nutritionnels et environnementaux (labels, logo, nutri-score, planet-score) ? les différentes applications (Yuka, etc) ?

2- D'autres sources d'information

Le **Ministère de la santé et de la solidarité**, avec la promotion du Programme National Nutrition Santé (PNNS), exprime des recommandations sur l'alimentation, l'activité physique et la sédentarité, le respect des saisons, etc...

L'**Institut national de la consommation (INC)**, dépendant du ministre chargé de la Consommation, publie les Magazines « **60 millions de consommateurs** » et « **ConsoMag** » avec la collaboration des économistes, ingénieurs et juristes de l'INC.

L'**association Que choisir**, organisation de défense des consommateurs est à leur service depuis 70 ans en matière d'alimentation et sur bien d'autres sujets.

Foodwatch France, organisation à but non lucratif, liée à Greenpeace, se bat pour une alimentation sans risques, saine et abordable qui ne porte atteinte ni aux personnes, ni à l'environnement.

Reporterre, quotidien de l'écologie, préconise de nouveaux réflexes pour manger plus « durable ».

Ce quotidien n'a pas une vision individuelle de l'alimentation mais globale liée au système socio-économique. Sans stigmatiser des comportements individuels, il s'agit de dénoncer le système agro-industriel actuel dans lequel nous vivons, qui favorise l'obésité et les problèmes de santé..

Pour ceux qui le demandent sur notre boîte mail, les liens internet utiles seront envoyés par mail.



Résidences autonomie et Ehpad : INTER - CVS un réseau pour se faire entendre

Depuis 2002, la Loi oblige les directeurs ou directrices d'établissement à organiser les élections des représentants des résidents et de leur famille au Conseil de Vie Sociale (CVS). Parmi eux, un ou une présidente devra être désigné(e). A défaut un représentant de famille peut être désigné.

Un réveil citoyen est-il possible dans les résidences pour personnes âgées ?

Des élections, ça se prépare ! L'animateur ou l'animatrice, le ou la psychologue ont un rôle clé pour sortir les résidents de la torpeur qui règne souvent dans les établissements, spécialement les Ehpad. Ceux et celles qu'on devrait appeler "les habitants" ont-ils l'envie et l'énergie de s'impliquer dans le CVS pour tout ce qui concerne leur vie quotidienne ? L'animation, les repas, le nettoyage des locaux, la bientraitance ? Auront-ils la capacité de faire et signer un ordre du jour sans être trop influencés par la direction, l'énergie pour animer les échanges sur ce qui va et ce qui ne va pas dans l'établissement ?

Des élus de CVS dynamisés et mieux soutenus quand ils fonctionnent en réseau

Un groupe de travail de notre Commission Santé rêve de constituer un *Inter CVS 38* à l'image de l'*Inter CVS 91* initié par la CFDT Retraités de l'Essonne. Ce réseau d'échanges des bonnes pratiques est devenu un "*bien commun*" pour les élus des CVS de l'Essonne (voir le site) et une référence nationale : un exemple à suivre pour qui veut créer et animer un réseau d'élus de CVS dans son département.

Facile à dire, mais pas facile à faire. Pour **constituer un réseau** et pouvoir *échanger sur les bonnes pratiques* notre collectif *Inter CVS 38* vient d'engager le processus pour avoir le feu vert du Département et inviter les directeurs et directrices d'établissement à communiquer adresses et téléphones des élus des CVS de leur établissement. Seul moyen pour nous permettre de contacter les élus, échanger avec eux, les conseiller, former ceux et celles qui le souhaitent, par exemple : savoir-faire un

ordre du jour en bonne et due forme, proposer des rencontres thématiques (l'alimentation bio en Ehpad, l'animation, les sorties...)

Autre exemple bien réel à Voiron, à la Résidence Autonomie "Pierre-Blanche" : la température en été dans les logements est depuis longtemps intenable. A la demande du CVS la direction a fini par faire quelques aménagements mais nettement insuffisants. Un réseau d'élus permettrait de partager les diagnostics et les solutions que d'autres établissements ont trouvé pour sortir de l'impasse et de l'inertie.

Maxence GIRARD

En attendant de pouvoir fonctionner en réseau, en appui aux élus des CVS, le groupe Inter CVS de la Commission Social-Santé est à l'écoute des adhérents concernés par la vie en Ehpad ou en Résidence autonomie.

Contact :

Agnès LAEUFFER 07 63 32 93 79
Maxence GIRARD 06 15 74 34 69



Jérôme nous a quittés

Après un parcours syndical bien rempli, à l'aube de cette nouvelle année la maladie a emporté Jérôme DOUADY.

Ceux qui l'ont côtoyé dans l'action syndicale témoignent.



Il démarre son parcours professionnel comme stagiaire au Département de Recherche Fondamentale du CEA Grenoble, ce qui l'amènera à passer une thèse à la fin des années 70. Entretemps, le CEA filialise son informatique et crée l'entreprise CISI où Jérôme sera embauché. Il participera à la création d'une section syndicale CFDT où il s'est totalement investi et s'est révélé un défenseur acharné de la réduction des inégalités. C'est ainsi qu'il va lutter pour des niveaux d'avancements égaux pour tous au lieu de montants arbitraires. La bataille syndicale a aussi son lot de satisfaction comme le procès gagné pour la réintégration d'une secrétaire licenciée parce qu'elle refusait de coucher avec son chef. Surtout, il y a eu l'intégration au CEA d'une équipe CISI qui travaillait depuis des années dans un département du CEA. Après cette réussite, d'autres ont suivi car bon nombre du personnel travaillait en permanence dans des laboratoires du CEA et certains depuis plus de 10 ans. Le délit de marchandage était plus qu'évident, mais il fallait faire plier le CEA qui refusait ces embauches.

La CFDT avec Jérôme à sa tête a aidé le personnel à monter les dossiers pour aller aux Prud'hommes. Dans cette action, il était très proche du personnel, à l'écoute de chacun et il rendait bien compte des avancées des dossiers. On sentait qu'il ne lâchait rien.

Moralement, faire un procès à son futur employeur, il fallait oser. Mais les discussions avec Jérôme donnaient confiance.

Grâce à cette action qui a abouti, pratiquement tout le personnel a adhéré à la CFDT.

Durant tout ce parcours professionnel et syndical, Jérôme passera par différents postes de représentation du personnel, jusqu'à celui de représentant du personnel au Conseil d'Administration de la CISI.

Une fois l'intégration au CEA obtenue, il n'a pas baissé les bras. Son engagement à la CFDT a continué, en commission des carrières, toujours pour combattre les inégalités, mais aussi au Comité d'Entreprise à Grenoble et au Comité National du CEA (équivalent à un Comité Central d'Entreprise) où il a été élu secrétaire.

Bien évidemment, il était là aux principales négociations du CEA, en particulier celles sur les 35H qui furent ardues, car la direction cherchait surtout à obtenir la signature de la CGT.

Tout au long de sa vie active, Jérôme a su conserver son enthousiasme, son dynamisme et son humour qui aidait à détendre l'atmosphère. Aussi, c'est tout naturellement qu'une fois à la retraite, il a poursuivi son action avec les retraités CFDT.

Jérôme a siégé de nombreuses années dans les instances de notre syndicat des retraités de l'Isère. Secrétaire Adjoint du Bureau, il a été responsable de la commission Social-Santé et a représenté les retraités CFDT au Conseil D'Administration de l'association « ALERTE ».

Il a également siégé comme membre du bureau de l'Union Départementale de l'Isère.

Membre du Conseil de l'ULR de Grenoble Agglo et Sud-Isère, il a participé aux réflexions du Groupe de Travail concernant « les transports à la demande ». Il s'est investi avec beaucoup de convictions, beaucoup de volonté, toujours dans un esprit de justice, de solidarité et de partage.... Et toujours avec humour **et bienveillance**.

La CFDT lui dit un grand merci. Nous présentons à sa famille et à ses proches nos sincères condoléances.

Josette DIZET