

LE MAGAZINE D'INFORMATION DES RETRAITÉS SAN-PRIOTS

COULEURS

Séniors

JANVIER
FÉVRIER
MARS
2023

26



VIE AFFECTIVE, INTIME
ET AMOUREUSE DES SÉNIORS - P.6

Pour en finir avec les idées reçues

Coup de projecteur sur
**l'isolement et la solitude des
personnes âgées** - Rapport
des Petits frères des pauvres

Ville de Saint-Priest

CCAS
Centre Communal d'Action Sociale

VILLE DE
SAINT-PRIEST ▶



FRANCK COLYN ENCHANTE MOSAÏQUE

Bien connu des aînés de la ville, le crooner Franck Colyn a, plus de deux heures durant, bercé son public des plus fameux tubes des années folles. C'est en effet à une plongée souvenirs dans le Paris des années 1930 qu'ont eu droit quelque 600 séniors san-priots les 7 et 8 décembre derniers à l'espace Mosaïque. Ces deux représentations étaient, comme les 2800 coffrets gourmands distribués le 16 décembre (lire ci-dessous), offertes par la Ville et son CCAS dans le cadre des festivités de fin d'année qu'elle organise chaque année à l'approche des fêtes.

GRANDE CLASSE

Du 10 au 15 octobre derniers, les séniors san-priots étaient à la fête en cette édition 2022 de la Semaine bleue. Exposition, spectacle, marche, ateliers, rencontres intergénérationnelles, sport... Le programme élaboré par la Ville avec ses fidèles partenaires – MJC Jean Cocteau notamment – a réuni autour de lui un nombre record de participants. Mention spéciale au « défilé branché » des résidents du Clairon (photo), qui ont démontré avec brio qu'il n'y avait décidément pas d'âge pour s'amuser.



CHAPEAU !

Toujours dans le cadre de la Semaine bleue, 6 jeunes et 6 séniors de la MJC ont écrit une chanson sur les représentations que chaque groupe a de l'autre. Cette chanson a été présentée en introduction de la conférence sur l'âgisme. Elle a rencontré un tel succès, que la MJC a proposé de réaliser un clip vidéo pour la mettre en lumière et la diffuser largement. À retrouver sur le site internet de la Ville : www.ville-saint-priest.fr

AU BON PLAISIR DES GOURMANDS

Comme chaque année en décembre, la Ville et le CCAS de Saint-Priest gâtent leurs séniors. Près de 3000 d'entre eux se sont pressés, une semaine plus tard au même endroit, pour récupérer le coffret gourmand composé de douceurs sucrées et salées offert par la Ville.



4

ACTU

6

DOSSIER

Vie affective et intime des personnes âgées : pour en finir avec les idées reçues

10

JE L'AI VÉCU

Édith Schaefer, 43 ans d'enseignement du violon alto à Saint-Priest

12

PORTRAIT

Gaëlle Balfin

13

CULTURE

14

AGENDA

Édito

Chères San-Priodes, chers San-Priods,
En ce début d'année, nous vous présentons nos vœux les plus chaleureux pour 2023. Nous vous souhaitons une bonne année, une bonne santé et beaucoup de bonheur dans votre vie quotidienne et vos activités à Saint-Priest.

Le mois de décembre a notamment été l'occasion pour notre municipalité de distribuer aux San-Priodes et San-Priods âgés de 70 ans et plus les traditionnels coffrets gourmands à déguster pour les fêtes de fin d'année. Près de 3000 de ces colis ont été offerts et nous espérons que vous en avez pleinement profité.

L'année 2022 s'est aussi achevée avec deux jours de spectacles à l'espace Mosaïque et des distributions de fleurs dans les Ehpad de la Ville et la résidence autonomie Le Clairon. Nous tenons à vous remercier de votre présence et de votre accueil pour ces beaux moments de convivialité que nous avons eu tant de plaisir à partager avec vous.

Dans ce premier numéro de *Couleurs Séniors* de l'année 2023, vous découvrirez les grands enseignements du rapport des Petits frères des pauvres sur la vie intime des séniors, ainsi que de nombreuses informations que nous voulons utiles pour votre quotidien. Vous y retrouverez aussi des idées pour sortir et vous détendre dans notre commune.

En 2023 à Saint-Priest, nous continuerons de faire de l'accompagnement et du bien-être de nos aînés une priorité. Vous pouvez compter sur notre engagement le plus total.



Gilles Gascon

Maire de Saint-Priest
Conseiller métropolitain
Président du CCAS



Nadia El Faloussi

Adjointe aux affaires sociales et aux solidarités
Vice-présidente du CCAS
Conseillère métropolitaine



VILLE DE
SAINT-PIREST

Édité par la Ville de Saint-Priest, *Couleurs Séniors* est un supplément trimestriel du magazine *Couleurs*.
Service communication : place Charles Ottina - BP 330 - 69801 Saint-Priest Cedex - Tél. 04 81 92 21 84 - Fax 04 78 21 81 02)
redaction@mairie-saint-priest.fr •
Directeur de la publication : Gilles Gascon • **Directeur de la rédaction :** Alexandre Bassette •
Rédaction en chef : Thomas Charrondièrre • **Mise en page :** Ronald Narcisse • **Publicité :** Fabienne Branchy-Chevalier • **Image de couverture :** Halfpoint • **Photos :** service communication, sauf mention • **Maquette :** Ronald Narcisse - service communication • **Impression, façonnage :** Nouvelle imprimerie Delta • Imprimé sur papier recyclé • Tirage à 6 000 ex. ISSN : 2495-5507

Une  mutuelle engagée pour la santé des séniors

525^{ème} MUTUELLE 100 ANS

Solimut
Mutuelle de France
GÉNÉRATIONS SOLIDAIRES

MUTUALITÉ FRANÇAISE

contact@525eme-mutuelle.fr Tel. 04 78 78 36 37
Cité Berliet • Avenue C • 4/5 place Steven Spielberg • 69800 Saint-Priest

// Dépendance

Un dispositif pérenne pour aider les aidants

FRANCE ALZHEIMER A OUVERT À SAINT-PRIEST UNE HALTE RELAIS NON MÉDICALISÉE À DESTINATION DES AIDANTS... ET DES AIDÉS.

Qu'ils s'occupent d'un parent ou d'un conjoint, les aidants familiaux sont nombreux, parfois isolés, souvent épuisés, et disposent de peu de temps pour se ressourcer. La halte relais est un lieu centré sur l'écoute et le partage pour maintenir le lien social et rompre le face à face exclusif entre l'aidant et l'aidé. Il permet de prendre conscience qu'il est possible de répondre à des sollicitations extérieures. Les objectifs de ce service sont nombreux. Il s'agit en premier lieu de favoriser le mieux vivre à domicile en permettant aux personnes malades et à leurs proches de sortir du domicile et de rompre la monotonie du quotidien en partageant des temps de convivialité et de loisirs.

Concrètement, cela consiste à accompagner le couple aidant-aidé à accepter progressivement des aides extérieures à la cellule familiale, et à apprendre à l'aidant familial principal à passer le relais. Et à permettre à l'aidant de vérifier que son proche malade peut bénéficier d'activités collectives et peut profiter d'échanges relationnels en dehors de sa présence.

Les bénéfices recherchés ? Pour le couple aidant-aidé, il s'agit de créer une véritable dynamique relationnelle pour lutter contre l'isolement individuel et familial, maintenir du lien social, et favoriser le partage de nouvelles activités entre la personne malade et son proche aidant. Pour les personnes malades, l'objectif est de redonner confiance et estime de soi, d'améliorer le mieux-être et de favoriser le maintien d'une vie sociale



en valorisant les compétences. Pour le proche aidant enfin, le but est de bénéficier d'un soutien mutuel à travers les échanges d'expériences entre les familles, de profiter d'un temps de détente et de convivialité, de créer des liens qui perdureront au-delà de la halte relais et d'être mieux informé des dispositifs d'aides et d'accueils existants.

Un temps d'activités séparées et partagées sera proposé. Les activités sont conçues pour favoriser la convivialité, le loisir et la créativité. Les intervenants sont psychologue, psychothérapeute ou sophrologue, en fonction du contenu de la séance. //

PRATIQUE

Les 7 mars et 4 avril de 14 h 30 à 16 h 30.

Pôle Zodiac, 28 rue Danton.

Renseignements et inscriptions : 04 78 42 17 65
et secretariat@francealzheimer69.org

// Vie pratique

Mon espace santé s'enrichit d'un catalogue de services

Mon espace santé, le carnet de santé numérique proposé par le ministère de la Santé et de la prévention et l'Assurance Maladie, lancé en février 2022, poursuit son évolution.

Depuis décembre dernier, Mon espace santé dispose ainsi d'un catalogue de services. Cette démarche inédite doit permettre aux usagers d'identifier les services de qualité et aux professionnels de santé de les conseiller sur ceux à utiliser. Concrètement, cette nouvelle fonctionnalité permet de trouver des services de qualité dédiés à la santé, au bien-être, au médico-social et au social. Il peut s'agir par exemple de sites internet et d'applications qui proposent aux utilisateurs la prise de rendez-vous médicaux, les mesures quotidiennes de leur tension ou de leur poids, le suivi de leur maladie chronique, ou encore l'accès à des portails patients d'établissement de santé. L'utilisateur peut dorénavant choisir, d'une part, de stocker dans Mon

espace santé ses données provenant de différentes sources (applications, sites internet, dispositifs médicaux, objets connectés, etc.) et, d'autre part, de partager les données de son profil avec les services numériques du catalogue.

L'utilisateur pourra aussi choisir d'utiliser les données stockées avec un service référencé. Par exemple, dans la perspective d'un séjour hospitalier, il pourra récupérer simplement la synthèse de son profil médical pour l'utiliser dans le portail de l'établissement référencé, afin que sa prise en charge soit plus rapide et plus efficace. Comment créer son dossier médical partagé ? Sur Internet, en quelques minutes, sur le site de l'assurance maladie (www.dmp.fr/patient/creation/etape1). Après vous être identifié, munissez-vous de votre carte Vitale, où figure votre numéro de sécurité sociale. Votre médecin traitant ou votre pharmacien peuvent aussi vous aider à remplir votre demande sur Internet. //

En bref

Jeudi 26 janvier

LA MÉMOIRE, PARLONS-EN !

Conférence sur la mémoire avec le Dr Vannier, médecin, directrice du Centre de prévention Agirc-Arrco de Lyon. MJC Jean Cocteau, de 14 h 30 à 16 h 30. Gratuit, sur inscription au 04 81 92 22 65.

Samedi 28 janvier

VENTE DE PÔTIS



© La San-Priode

Organisée par la San-Priode. Réservation jusqu'au 22/01 au 04 78 20 37 94. Retrait le 28/01 de 10 h à 17 h au 1, Grande rue.

Des permanences APA dans les centres socioculturels

L'allocation personnalisée d'autonomie (APA) est une aide financière attribuée aux personnes de plus de 60 ans en fonction de leur degré d'autonomie, sans condition de ressources. Elle permet de financer des prestations permettant de rester à domicile ou une partie des frais d'hébergement temporaire en établissement. Depuis le début de l'année, des permanences mensuelles pour tout savoir sur ce dispositif sont proposées dans les différents centres socioculturels de Saint-Priest. //

PRATIQUE

Maison de la métropole de Saint-Priest
21 rue Maréchal-Leclerc. Tél. 04 78 20 07 11.

Revalorisation des prestations sociales

Après trois années de gel, le plafond de la Sécurité sociale (PASS) va être revalorisé de 6,9 % en 2023. Conséquences : une hausse de certaines prestations sociales, comme les indemnités journalières pour maladie, accident du travail ou maternité, les pensions d'invalidité, ou encore les pensions d'assurance vieillesse du régime général. Pensez-y !



Vie affective, intime et amoureuse des personnes âgées : pour en finir avec les idées reçues

Couleurs Séniors donne un coup de projecteur sur le rapport publié fin septembre 2022 par l'association Les Petits frères des pauvres, consacré à la vie intime des séniors.

Source : rapport des Petits frères des pauvres sur l'isolement et la solitude des personnes âgées - "Vie affective, intime et sexuelle des séniors" - septembre 2022. Réalisé à partir de l'étude CSA Research. Avec l'aimable autorisation de l'association Les Petits frères des pauvres.

> Complicité, rires, séduction... et plus si affinités

« Avec cette étude inédite, qui a donné la parole à 1500 Françaises et Français de 60 ans et plus, Les Petits frères des pauvres démontrent, chiffres et témoignages à l'appui, que la vie affective et intime des aînés est un sujet "normal", qu'elle est bien une continuité de la vie jusqu'au bout, que le couple peut être un lieu d'épanouissement dans la durée, que l'amour peut continuer à exister très tardivement... et que le corps vieillissant peut être désirable, » commente Alain Villez, président de l'association.

Réalisée entre le 5 avril et le 26 avril 2022 auprès d'un échantillon de 1500 personnes âgées de 60 ans et plus représentatif de la population

française métropolitaine, l'étude réalisée par CSA Research pour le compte des Petits frères des pauvres regorge d'informations qui mettent à mal les idées reçues sur la vie intime des séniors. La preuve par l'exemple, avec les enseignements tirés du rapport de l'association :

- Plus d'une personne âgée sur deux **déclare avoir des relations intimes** et 91 % d'entre elles **disent en être satisfaites**.
- Pour 71 % des personnes âgées, **un corps qui vieillit peut rester désirable** et 41 % des 80 ans et plus **se trouvent séduisants**.
- 84 % des personnes âgées déclarent qu'elles **sont à l'aise avec le sujet de la vie intime**, mais plus d'une sur deux



© Mirja Maria Thiel

considèrent que **le sujet est encore tabou pour la société**.

- Pour les aînés, **l'essentiel dans le couple, c'est la complicité, le rire et les confidences**.

- **Le sentiment amoureux perdue, quel que soit l'âge**, pour plus de 65 % des personnes interrogées.



© Alain Bénubé

Parole de photographe

ARIANNE CLÉMENT A RÉALISÉ CERTAINS DES CLICHÉS FIGURANT DANS LE RAPPORT.

« Les personnes âgées que je photographie ont envie de combattre les tabous, de redéfinir les normes de beauté, de sortir de l'invisibilité que la société impose aux aînés et de rassurer les plus jeunes sur la richesse de leur vie et sur une vie amoureuse qui peut être toujours épanouissante. La vie continue ! »

> Leçon de vie

« Donner la parole aux personnes âgées nous invite fortement à changer notre regard sur la vieillesse et à considérer que la vie affective et intime est au cœur de notre existence jusqu'au bout, avec ses bonheurs, ses complexités, ses ambivalences, ses nuances, ses possibles carences. La vie, quoi ! »



analyse Yann Lasnier, délégué général Petits frères des pauvres. À la lumière des enseignements tirés de son étude, l'association formule une dizaine de préconisations afin de faire évoluer les politiques publiques comme notre regard sur les séniors. Sélection.

Préconisation n°1 :

Intégrer la dimension affective, intime et amoureuse dans la lutte contre l'isolement des personnes âgées.

Préconisation n°2 :

Poursuivre la lutte contre l'exclusion numérique des personnes âgées.

Préconisation n°3 :

Inclure un module sur la vie affective, intime et amoureuse, dans tous les parcours de formation initiale des professionnels qui interviennent auprès des personnes âgées.

Préconisation n°4 :

Inclure la thématique de la vie affective, intime et amoureuse dans le cadre des ateliers de prévention proposés par les caisses de retraite.

Préconisation n°5 :

Soutenir les lieux de convivialité de proximité qui permettent aux personnes âgées de créer ou maintenir le lien social.

Préconisation n°6 :

Faciliter la vie de couple en établissement avec une nécessaire refonte de la tarification.

Préconisation n°7 :

Renforcer la politique de soutien aux couples âgés sur les questions de vie affective, intime et amoureuse.

Paroles de séniors :

« Je fais des ateliers informatiques chez les Petits Frères, tous les mardis. Je leur ai demandé de trouver un site de rencontre gratuit parce que j'essaye de le faire, mais ils sont tous payants. Donc on est en train de travailler sur ça. »



— Arthur, 61 ans.

Illustrations : © hisco-nshyo

« Le plus dur, c'est la solitude. Quand je vois les couples dans la rue qui s'embrassent, qui vont faire les courses ensemble, moi je me sens frustrée. »



— Delphine, 67 ans.

« On vivait ensemble, on respirait l'air ensemble, on mangeait ensemble, on buvait ensemble, on faisait l'amour ensemble. L'idée idéale de ce que c'est qu'un couple. »



— Édouard, 101 ans

« La tendresse, chez moi, c'est primordial. J'ai été maman, mais je n'ai pas été femme. Maintenant ce que je recherche, ce n'est pas tellement la sexualité, ça ne m'intéresse pas, c'est la tendresse. »



— Michèle, 76 ans.



Les chiffres clés des Petits frères des pauvres

Depuis 1946, les Petits frères des pauvres ont pour mission le maintien du lien social jusqu'au bout de la vie de personnes âgées isolées et démunies : visites régulières de bénévoles à domicile comme en établissement, actions collectives (repas, goûters, sorties), actions favorisant le départ en vacances, actions autour des fêtes de Noël. Cet accompagnement fidèle et régulier est possible grâce à l'investissement de **15 133 bénévoles**, dont **3 663 ont rejoint récemment l'association** et **1/3 ont moins de 30 ans**.

En 2021, les Petits Frères des Pauvres ont aidé **31 968 personnes âgées** dont **14 876 accompagnées régulièrement**. **50,9% ont plus de 80 ans**. **61% sont des femmes**. **56,9% vivent à domicile**.

65% des personnes entrées dans l'accompagnement en 2021 et pour lesquelles nous disposons d'informations quant à leur niveau de ressources disposent de **revenus inférieurs à 1 000 €/mois**.



Parole d'élue

NADIA EL FALOUSI,
ADJOINTE AU MAIRE AUX AFFAIRES SOCIALES
ET AUX SOLIDARITÉS, VICE-PRÉSIDENTE DU CCAS



« Plein d'enseignements et de sensibilité, le rapport des Petits frères des pauvres sur la vie intime de nos aînés, que *Couleurs Séniors* a fait le choix de mettre en lumière, constitue une formidable source d'espoir : espoir en la vie, et espoir en l'amour, toujours, quel que soit son âge ou son état de santé. Je profite de la publication de ce premier numéro de l'année pour vous souhaiter le meilleur : la santé bien sûr. Et plein d'amour, donc ! »

Édith Schaefer et son violon-alto, qu'elle appelle avec affection « son biniou ».



Édith Schaefer, 43 ans d'enseignement du violon alto à Saint-Priest

DE NOMBREUX SAN-PRIOTS L'ONT EUE COMME PROFESSEURE OU COLLÈGUE AU SEIN DU CONSERVATOIRE. POUR *COULEURS SÉNIORS*, ELLE REVIENT SUR UN PARCOURS QUI A CONTRIBUÉ À FAÇONNER L'HISTOIRE MUSICALE DE LA VILLE. PAR LAURENCE MIRAILLES

Édith Schaefer est issue d'une famille de musiciens. Son père pratiquait le violon, sa mère le piano et le chant. C'est donc tout naturellement qu'elle se met à la musique à l'âge de huit ans. Elle choisit d'emblée l'alto, l'instrument le moins connu du quatuor à cordes, pour sa sonorité grave et chaude. Elle ne quittera plus « son biniou », comme elle le qualifie affectueusement, qu'elle entoure

d'une écharpe de soie quand elle doit le transporter. San-Priote depuis 2009, installée d'abord dans le quartier des Hauts-de-Feuilly puis au Village depuis 2011, elle a fait ses études au conservatoire de Metz, puis de Lyon, et enfin à l'École nationale de musique de Mâcon, où elle décrochera la médaille d'or d'alto en 1988. Pour devenir professeure d'enseignement artistique en conservatoire, elle a dû

également passer les concours de la fonction publique territoriale et le diplôme d'État. C'est en 1983 qu'Édith Schaefer rejoint le conservatoire de Saint-Priest. Sous le statut de fonctionnaire de collectivités territoriales, elle travaille également pour les communes de Brignais, Corbas, Genas, Vernaison et Vénissieux. Afin d'avoir un temps plein, elle doit donc parcourir beaucoup de kilomètres et collaborer avec plusieurs équipes. En 2014, elle passe à temps plein à Saint-Priest et y reste jusqu'en 2021, année qui sonne l'heure de la retraite.

«Avec deux collègues, nous avons monté un spectacle, Planète Cordes, que nous allions jouer dans les écoles primaires et maternelles pour inciter les élèves à faire de la musique,» se souvient-elle avec nostalgie. En plus d'être professeure d'alto, Édith Schaefer était formée à l'éveil musical, au solfège et à l'orchestre, ce qui lui donnait une place centrale au sein de l'établissement. Un établissement qui a plus que doublé ses effectifs depuis son arrivée, pour atteindre quelque 1000 élèves aujourd'hui.

«Enseignante d'instrument, c'est un métier passion ; si on le fait sans vocation, on ne peut pas transmettre l'amour de la musique aux élèves,» affirme-t-elle. Ayant toujours affectionné les projets transversaux, elle a mené tambour battant de nombreux spectacles autour du jazz, de la musique classique ou du rock, comme les concerts «Queen» et «Pink Floyd», qui ont marqué les habitants. Et elle n'a jamais hésité à sortir des sentiers battus et à se familiariser avec les nouvelles tendances, comme... l'électro.

Des San-Priots, la professeure en a connu quantité. «J'ai eu la chance en fin de carrière d'enseigner aux enfants de mes élèves de début de carrière,» s'amuse-t-elle. L'aspect intergénérationnel revêt une importance particulière aux yeux de celle qui a pratiqué la musique en famille dès son plus jeune âge. Ses trois frères et sœurs ont, eux aussi, la fibre artistique. Sa carrière de musicienne lui a donné l'opportunité de voyager aux quatre coins

du globe. Allemagne, Belgique, Chine, Maroc, Nouvelle-Calédonie, Québec sont quelques-uns des pays dans lesquels elle s'est rendue avec son alto. Aujourd'hui, elle continue de parcourir le monde avec son époux. La Norvège, avec le Spitzberg, restera à jamais gravée dans sa mémoire. Et quand elle ne voyage pas, Édith Schaefer randonne, jardine, nage et continue de jouer environ dix heures par semaine : elle renforce des orchestres ou joue avec des amis. Aujourd'hui, elle se dit «*toujours très heureuse*» de croiser dans Saint-Priest ses anciens élèves, dont elle est très fière. //

« Enseignante d'instrument, c'est un métier passion ; si on le fait sans vocation, on ne peut pas transmettre l'amour de la musique aux élèves. »



La professeure a démarré la pratique instrumentale à l'âge de 8 ans.

Gaëlle Balfin

ELLE EST DIÉTÉTICIENNE, QUALITICIENNE ET ANIMATRICE EN NUTRITION AU SEIN DE LA CUISINE CENTRALE DE LA VILLE. SON SAVOIR-FAIRE PRÉCIEUX L'EST ENCORE PLUS QUAND ON PARLE DE L'ALIMENTATION DES SÉNIORS.

« On mange d'abord avec les yeux, » aime à répéter Gaëlle Balfin, diététicienne, qualitiicienne et animatrice en nutrition au sein de la cuisine centrale de la Ville. « Et c'est encore plus vrai pour les séniors, » ajoute la jeune femme. Chaque jour, du lundi au vendredi, ce sont près de 150 repas, spécifiquement élaborés pour nos anciens, qui sortent des fourneaux de la cuisine centrale. Les heureux élus ? Les hôtes de l'Auberge du Clairon – ouverte à midi aux résidents comme à tous les San-Priots âgés de 70 ans et plus – et les bénéficiaires du service de portage de repas à domicile assuré par le CCAS. Un public « exigeant », comme le qualifie de manière bienveillante Gaëlle Balfin. « Ils ont bien raison de l'être. L'alimentation doit demeurer un plaisir à tout âge. Et leurs doléances sont tout à fait entendables. » Ces « doléances » et souhaits, les séniors les formulent grâce au système de remontée d'informations mis en place par la Ville. « Ils peuvent nous écrire, ou bien passer par le personnel de l'Auberge ou celui en charge du portage des repas. Les sujets sont ensuite évoqués dans le cadre d'une commission dans laquelle interviennent les responsables des services concernés, » détaille la nutritionniste, en poste à Saint-Priest depuis 18 mois. Ce qu'ils aiment avant tout, nos séniors ? « Des produits bien cuits qui ont mijoté. Du fondant. Des sauces. Et des plats



« On mange d'abord avec les yeux »

traditionnels : choucroute, cassoulet, bœuf bourguignon... », énumère Gaëlle Balfin. Toute la problématique réside alors dans l'équilibre à maintenir entre plaisir et santé... Une mission dont s'accommode avec plaisir notre interlocutrice. « J'ai toujours travaillé en collectivité. Par choix. Parce que j'ai la notion de service public chevillée au corps. Avec l'alimentation, particulièrement avec les bénéficiaires du portage à domicile – des personnes parfois diminuées, isolées – nous avons un

rôle social important. Cela me plaît énormément. » Concrètement ? « Nous avons affaire à un public qui cuisine peu ou plus du tout. Notre mission principale consiste à leur faire conserver l'appétit. Il faut donc que ce soit bon... et beau. » Rappelez-vous : « On mange d'abord avec les yeux. C'est pourquoi deux agents de la cuisine centrale sont spécifiquement chargés de vérifier l'aspect visuel des plats que nous préparons pour la livraison à domicile. Malgré leur conditionnement en barquette, il faut qu'ils donnent envie. » Le mot « plaisir » revient souvent dans la bouche de Gaëlle Balfin. « Les journées sont parfois longues quand on est âgé, qu'on vit seul. Il faut que le repas soit une fête ! » //

// Spectacles

Alzhei'mère, un spectacle qu'on n'est pas près d'oublier !

Avec son One Woman Show intitulé *Alzhei'mère*, Sophie Belvisi, 28 ans, met en lumière un sujet grave et personnel avec humour et dérision. Donné pour la première fois à Lyon en mars 2020, quelques jours avant le premier confinement, *Alzhei'mère* évoque « un sujet sombre, mais qui parle en fait de la vie de nombreuses personnes, explique l'artiste. *Quand il a fallu que je m'occupe de ma mère, je me suis sentie vraiment seule, et démunie face à toutes les démarches administratives à entreprendre. Je me suis alors interrogée : quel spectacle aimerais-je voir pour me sentir moins seule ?* » détaille la jeune femme. Ainsi prenait forme un spectacle émouvant, drôle, « et parfois effrayant », concède Sophie Belvisi.

Chercher la magie et le grain de folie pour s'évader, c'est ainsi le pari de Sophie Belvisi, qui utilise son imagination extravagante pour accepter la maladie de sa mère. Un hymne à la vie plutôt qu'une fatalité. Une évocation touchante de son propre vécu... avec un humour pétillant et quelques vocalises.

Un spectacle que les San-Priots pourront découvrir jeudi 26 janvier à la MJC, dans le cadre d'une journée intitulée *La mémoire, parlons-en*, consacrée aux troubles cognitifs.



© Sophie Belvisi

PRATIQUE

Jeudi 26 janvier à 19h, MJC Jean Cocteau. Gratuit sur inscription (tél. 04 78 20 07 89).

Pépites, de Marion Mezadorian

Marion Mezadorian vient d'un petit village du sud de la France, pays des champs de lavande et de fans de foot. bercée par les histoires que lui raconte son père, nourrie des bons conseils de sa grand-mère, la comédienne ouvre son cœur pour offrir ses « pépites » au public : des instants de vie et d'émotion, qu'elle joue sur scène en maintenant un fragile équilibre entre humour et tendresse. Apparaissent alors, au fil du spectacle, son père au caractère bien trempé, sa grand-mère arménienne, sa meilleure amie, parisienne jusqu'au bout des ongles, ou encore Martin, un petit garçon de 4 ans qui n'a pas sa langue dans sa poche. Tantôt drôle, tantôt tendre, Marion Mezadorian interprète avec toute sa sincérité les personnages croisés dans sa vie, ceux qui l'ont émue et qu'elle a décidé de mettre en lumière.



© Fabienne Rappeneau

PRATIQUE

Jeudi 9 mars 20h. Espace Mosaique TTA Ailleurs. De 12 à 20 € (tarif retraité : 17 €). Tél. 04 81 92 22 30.

Agenda

Du 18 au 24 janvier

FESTIVAL TÉLÉRAMA

Le cinéma Le Scénario participe au festival Télérama. L'occasion de revoir les films qui ont marqué l'année. Liste des 7 films à l'affiche et horaires sur www.cinema-le-scenario.fr

Samedi 28 janvier CONFÉRENCES-CONCERTS

Animées par Emmanuel Bigand sur le pouvoir de stimulation de la musique sur le cerveau. À 17h et 20h. Salle Le Concorde. Entrée libre sur inscription au 04 78 20 03 34.

Dimanche 29 janvier à 15h

LES PLUS BEAUX DUOS FRANÇAIS

Les Nouvelles stars de demain chantent les plus beaux duos français d'hier et d'aujourd'hui. MJC Jean Cocteau. Tarif : 10 €. Billetterie sur www.mjcjeancocteau.org

Mercredi 1^{er} février à 18h30

MUSIQUES FRANÇAISES

Concert du conservatoire autour d'un répertoire de musiques françaises avec chœur de femmes et musique de chambre. Église du Village. Entrée libre sur réservation au 04 78 20 03 22.

ON RESTE PRUDENT !

Comme vous le savez, le covid-19 court toujours. Dans ces conditions, nous ne saurions que vous recommander de rester prudents : gardez vos distances autant que possible, lavez-vous les mains régulièrement... et portez un masque si vous le souhaitez !

La situation sanitaire étant amenée à évoluer, rendez-vous sur le site internet de la Ville pour des informations réactualisées : www.ville-saint-priest.fr

LE 2^{ÈME} MERCREDI DU MOIS

PERMANENCES SOLIHA

Pour vous informer et recevoir des conseils sur les dispositifs d'aide aux travaux d'adaptation des logements pour les personnes à mobilité réduite.

Contact : 04 37 28 70 20

LES MARDIS ET VENDREDIS DE 9 H À 12 H

ENTRETIEN PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUEL

Organisé par France Alzheimer Rhône. Pour accompagner les décisions importantes et aider les familles.

À la Résidence Autonomie Le Clairon, 4 rue Marcel Pagnol. Tél. 04 78 42 17 65.

LES VENDREDIS 28/01, 25/02, 24/03 ET 22/04 DE 9 H À 11 H 15

CAFÉ MÉMOIRE

Organisé par France Alzheimer et animé par une psychologue.

Brasserie ALLARDON,
16 grande rue à Saint Priest.
Inscription au
04 78 42 17 65
– secretariat@francealzheimer69.org

UN MARDI PAR MOIS DE 14 H 30 À 16 H 30

HALTE RELAIS AIDANTS

Vous vous occupez d'un proche, nous vous proposons de profiter d'activités communes et partagées et de prendre un temps pour vous. Animée par une psychologue.

Pôle zodiac, 28 rue Danton, Saint-Priest.
Inscription au 04 78 42 17 65 – secretariat@francealzheimer69.org

LES JEUDIS DE 18 H À 19 H 30

CAFÉ DES AIDANTS

Proposé par l'Association Santé Aujourd'hui. Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants.

Santé Aujourd'hui, 5 rue Bel Air. Contactez le

secrétariat pour confirmer votre participation :
04 78 20 90 98 et
ass.sante.auj@orange.fr

MARDI 07/03

HALTE RELAIS FRANCE ALZHEIMER

Temps d'activités pour les aidants et les aidés, encadrés par des professionnels.

De 14 h 30 à 16 h 30.
Pôle Zodiac.

À LA MAISON DE QUARTIER PÔLE ZODIAC

28 rue Danton – Arrêt Bus 62 « Saint-Priest Beauséjour »
Contact : 09 54 63 55 84
zodiac@stpriest.laligue69.org et par SMS :
06 43 92 75 96
Réservation obligatoire.

LES MARDIS DE 14 H 30 À 17 H

CAFÉ SÉNIORS

Jeux : scrabble, Pyramide, Motus...

LES VENDREDIS DE 10 H À 11 H 30

NUMERIK'O ZODIAC

Atelier numérique : initiation informatique sur PC et smartphone.

EN DIRECT DE LA MJC

Réservation :
www.mjcjeancocteau.org
ou à l'accueil de la MJC :
04 78 20 07 89.

JEUDI 26 JANVIER À 19 H

ALZHEI'MÈRE –
ONE WOMAN SHOW
Lire page 13.
Gratuit.

DIMANCHE 29 JANVIER À 15 H

LES PLUS BEAUX DUOS
FRANÇAIS D'HIER ET
D'AUJOURD'HUI
Par les Nouvelles stars de
demain.
Tarif 10 €.

24/02 À 20 H 30 – 25
ET 26/02 À 15 H – 03/03
À 20 H 30 – 04 ET 05/03
À 15 H

LE BON, LA BRUTE ET LE PRESIDENT

Comédie de Jean-Paul
Cantineaux avec la
compagnie L'entracte.

DU 1^{ER} AU 27/03

EXPOSITION DE CHRISTIAN BERTINIER

Vernissage vendredi
10 mars dès 18 h 30.

08/03 MARS À 20 H

HÉROÏNE PURE

Organisée par l'association
Femmes solidaires.
Un solo féministe,
comique et débridé, mené
par Vanessa Defask.
Gratuit.

19/03 À 15 H

CHANSON

Tour du monde en dansant
par la Cie Alcadanse.
Réservations contactefsp@gmail.com ou 06 11 44 41 30.

DU CÔTÉ DE L'ACS BERLIET

Renseignements : ACS
Berliet, ferme Berliet, 10
avenue C. 06 11 66 13 97.
acsberliet@gmail.com
Site internet : [https://
acsberliet1.wixsite.com/
monsie](https://acsberliet1.wixsite.com/monsie)

**LES MARDIS DE 13H30
À 16H30 (HORS VACANCES
SCOLAIRES)**

**JEUX DE CARTES
ET DE SOCIÉTÉ**

Ferme Berliet. 10 avenue C.

TOUS LES LUNDIS MATIN

AIDE ADMINISTRATIVE

Pour démarches sur internet.
Contact : 06 11 66 13 97 –
acsberliet@gmail.com

AU CENTRE SOCIAL L'OLIVIER

Contact : 04 78 21 55 56.

**UN JEUDI TOUS LES 15
JOURS DE 13H45 À 15H45**
ESPACE BIEN-ÊTRE

**LES JEUDIS DE 9H15 À
11H15 ET DE 14H À 16H**

COURS DE COUTURE

LES JEUDIS DE 14H À 15H30

**SOPHROLOGIE NIVEAU
AVANCÉ**

**LES JEUDIS
DE 15H45 À 17H15**

**SOPHROLOGIE NIVEAU
DÉBUTANT**

LES LUNDIS DE 14H À 15H30

MARCHE DOUCE

**LES VENDREDIS
DE 9H30 À 10H30**

GYM DOUCE

**LES VENDREDIS
DE 14H À 16H**

TEMPS PART'ÂGÉ

Jeux de société, sorties,
activités créatives...

**LES MERCREDIS
DE 9H À 12H SUR RDV**

**PERMANENCE
D'ACCOMPAGNEMENT
SOCIAL**

**LES MARDIS DE 14H
À 16H30, LES MERCREDIS
DE 13H30 À 16H30,
LES JEUDIS DE 9H À 12H**

**PERMANENCE D'AIDE
ADMINISTRATIVE**

**LES 2^{ES} JEUDIS DU MOIS
DE 10H À 18H OU SUR RDV**

**PERMANENCE DE
FEMMES SOLIDAIRES**

Accueil et accompagnement
des femmes victimes de
violences.

Tél. 07 69 65 37 83.

AU CENTRE SOCIAL LOUIS BRAILLE

Contact et inscription :
04 78 20 40 44

**LES LUNDIS
DE 10H15 À 11H15**

GYM ADAPTÉE



**Maintien à domicile
des personnes fragiles**

37, rue du Maréchal Leclerc
69800 Saint-Priest

04 87 24 47 93

du lundi au vendredi : 8h30-13h et 14h-17h30

**LES LUNDIS DE 9H À 10H
ET DE 11H30 À 12H30**

GYM DOUCE

**LES LUNDIS DE 18H15 À
19H45 ET LES VENDREDIS
DE 9H15 À 10H45**

YOGA

**UN MARDI SUR 2
DE 9H À 11H**

ATELIER MÉMOIRE

**24/01 – 21/02 – 07 ET
21/03 DE 9H À 11H15**

ATELIER MÉMO-JEUX

**AU CENTRE SOCIAL
LA CARNIÈRE**

Contact et inscription au :
04 78 20 61 97

LES JEUDIS DE 14H À 16H

JEUDIS DÉCOUVERTES

Activités variées.

**LES MERCREDIS
DE 18H30 À 19H30**

GYM MAL DE DOS

**LES JEUDIS
DE 9H15 À 10H30**

**ATELIER ÉQUILIBRE ET
CHUTE**

JEUDI 02/02

CRÊPE PARTY

Faites sauter les crêpes,
pas la pièce en or !

BLOC-NOTES

INFORMATION, ACCÈS AUX DROITS, AIDES FINANCIÈRES

Maison de la métropole

> Bel Air
104 place du 8 mai 45
Tél. 04 28 67 28 00
> Centre Ville
21, rue Maréchal Leclerc
Tél. 04 28 67 27 60
> Le Belvédère
21 boulevard François
Reymond
Tél. 04 28 67 28 10
Du lundi au vendredi :
8 h 30-12 h 15 / 13 h 30- 17 h
sauf le vendredi à 16 h 30

CCAS

Place Charles Ottina
Tél. 04 81 92 22 65
Lundi, mercredi, jeudi et
vendredi : 8 h 45 - 12 h 15 /
13 h 45-17 h 30 sauf
le vendredi 16 h 30,
mardi 8 h 45-10 h 30 /
13 h 45-17 h 30

CARSAT

> Centre social La Carnière
Vendredi de 9 h à 12 h
> Centre social L'olivier
Le lundi après-midi et le
mercredi en journée.
Appeler le 39 60 du
lundi au vendredi de 8 h
à 17 h. D'une box ou d'un
mobile : 09 71 10 39 60 / sur
RDV

CICAS

Centre social L'Olivier
Jeudi 9 h à 12 h et 13 h 30 à
16 h
(constitution dossier retraite
complémentaire) : sur RDV
au 0820 200 189
(0,09 €/min)

Permanences administratives

Centre social L'Olivier
Mardi de 14 h à 18 h ,
Vendredi toute la journée.

Écrivain public

> Maison de quartier
Diderot, 14 Rue Diderot
Tél. 04 78 21 53 31
Mardi 17 h à 19 h 30 et le
jeudi de 13 h 30 à 16 h
> Pôle Zodiac
28 rue Danton
Tél. 09 54 63 55 84
Mardi de 14 h à 16 h

CPAM

8 route d'Heyrieux
Tel : 36 46 (prix d'un appel local)
Accueil public lundi et
mercredi de 8 h à 12 h, après-
midi sur RDV uniquement de
13 h 30 à 17 h - www.ameli.fr

FNATH

5 rue Laurent Bonnevey
gibal1@wanadoo.fr
Tél. 04 78 60 72 91
Permanence non juridique

AIDES AUX AIDANTS

France ALZHEIMER

4, rue Marcel Pagnol
(Clairon)
Tél. 04 78 42 17 65
Du lundi au jeudi
de 9 h à 17 h

Café des aidants

5, rue Bel Air
Tél. 04 78 20 90 98
Avec l'association Santé
Aujourd'hui

Villa Van Gogh, Accueil de jour

3, rue Camille Claudel
Tél. 04 72 23 17 00

HABITAT, HÉBERGEMENT

Les Alizés - EHPAD

3 rue Camille Claudel
Tél. 04 72 23 17 00

Le Château - EHPAD

23 rue Jacques Reynaud
Tél. 04 72 28 50 70



Ma carte de fidélité à Saint-Priest
QUI AU COMMERCE DE PROXIMITÉ
Saint-Pri Yes!
VILLE DE SAINT-PIREST

J'ACHÈTE LOCAL,
JE GAGNE DES EUROS
AVEC MA CARTE
Saint-Pri Yes!

Retrouvez la liste
des commerçants-adhérents sur
www.saintpriest.proximity-edf.com

VILLE DE SAINT-PIREST

Le Clairon - Résidence autonomie

4 rue Marcel Pagnol
Tél. 04 81 92 22 55

Le Château Hébergement temporaire

23 rue Jacques Reynaud
Tél. 04 72 28 50 70

Les Senioriales

27 rue Juliette Récamier
Tél. 04 78 34 20 99

Via Trajectoire

www.trajectoire.sante-ra.fr
Aide à l'orientation
personnalisée dans le
domaine de la santé

LOISIRS, VIE SOCIALE

MJC Jean Cocteau

23 rue du 8 Mai 1945
Tél. 04 78 20 07 89

Lundi détente

Centre social Louis Braille
Le lundi de 14 h à 17 h

Association 3R

Maison de quartier
de Revaion, Rue Michelet
Tél. 04 78 20 94 17 ou
06 78 27 35 20
Mardi et vendredi de 14 h à 18 h

Club de l'âge d'or

Centre social Louis Braille
Le jeudi de 14 h à 17 h

Club de l'amitié AIL Manissieux, Mi-Plaine, La Fouillouse

Salle Millan
Place Honoré de Balzac
Tél. 04 78 90 50 07
Le jeudi de 13 h 30 à 18 h

Club Rencontre et amitié

Salle Chrysostome
8 rue Chrysostome
Tél. 06 71 42 40 33
Le mardi de 14 h à 16 h et
le jeudi de 14 h à 18 h

Centre social L. Braille

33 rue Louis Braille
Tél. 04 78 20 40 44

Centre social L'Olivier

30 rue Maréchal Leclerc
Tél. 04 78 21 55 56

Centre social La Carnière

4 montée, de la Carnière
Tél. 04 78 20 61 97

Les Petits frères des pauvres

Antenne à Saint-Priest
Tél. 04 72 78 52 52

TRANSPORTS

Proxibus

Tél. 04 72 50 45 26
Du lundi au vendredi de 8 h
à 18 h

Navette séniors

Tél. 04 81 92 22 65