

Edito

Un récent sondage réalisé auprès de 1500 personnes, fait apparaître que près de la moitié des personnes interrogées susceptibles de percevoir une aide sociale, en ignore l'existence. Pire, 16 % les connaissent mais y renoncent, rebutées par la complexité administrative.

Votre Aropa 51-08 a toujours été consciente de telles difficultés.

C'est pour cela qu'elle a, de tout temps, mis l'accent sur la nécessité de vous informer ; la quatrième page de ce bulletin, comme celle des numéros précédents, est consacrée à ces questions sociales.

De même, les réunions décentralisées sont précisément orientées dans le but de décrypter ce qui doit-être connu.

Là encore, nous restons fidèles à nos engagements puisqu'en novembre prochain nous vous proposerons de venir assister à nos prochaines rencontres (voir plus de détails en annexe de ce bulletin).

Est-il nécessaire de rappeler que notre site internet fournit



quantité d'informations ? N'hésitez pas à le consulter (www.aropa5108.org).

Informé collectivement est bien entendu nécessaire mais l'aide individuelle apportée par nos bénévoles doit-être soulignée.

Au-delà de tout ceci, ne perdons pas de vue que les retraites, aujourd'hui, subissent des évolutions à propos desquelles notre Fédération Nationale et la Confédération Française des Retraités (CFR) restent attentives ; elles réagissent quand il le faut, comme tout dernièrement, à propos de l'absence de revalorisation des pen-

sions du régime de base.

Certes, nos organisations comme nos bénévoles se battent depuis fort longtemps pour la défense des droits des retraités ; le chemin est long pour être non seulement entendu mais encore écouté.

Pourtant depuis quelque temps, dès qu'un sujet concerne les retraités, la CFR est identifiée comme un interlocuteur incontournable. Elle s'installe dans le paysage médiatique.

Un pas important mais qui en exige d'autres !

Le Président
Alain Piétrement

Sommaire :

- **EDITO**
- **DATE PROCHAINE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE**
- **PROCHAINS RENDEZ-VOUS**
- **FOIRE CHÂLONS**
- **RGPD**
- **RETRAITES**
- **DIRECTIVES ANTICIPÉES**
- **ANNEXES :**
 - ⇒ **RÉUNIONS DÉCENTRALISÉES**
 - ⇒ **FORMATION IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR BIEN CONDUIRE**
 - ⇒ **PHOTOS CROISIÈRE ET PUY DU FOU**

Date de la prochaine Assemblée Générale,

Judi 21 mars 2019 au Caveau de Castelnau à REIMS

PROCHAINS RENDEZ-VOUS A NOTER, selon annexes jointes

- ⇒ **Réunions décentralisées** en Novembre 2018
- ⇒ **3 demi-journées formation « Il n'y a pas d'âge pour bien conduire »** en Décembre 2018

Une conférence sous le signe de l'horticulture

La traditionnelle conférence organisée par l'Aropa 51-08 et la SDAE 51 s'est déroulée le 4 septembre dernier dans l'enceinte de la foire exposition de Châlons en Champagne ; un succès à n'en pas douter si l'on s'en réfère au grand nombre de participants (plus de 300) et aux nombreuses questions posées par l'assistance.



Cette conférence fut animée par Hubert le Jardinier qui, en un peu plus d'une heure, a su captiver l'attention du public et faire partager sa passion pour la « tomate ».

Un thème à priori banal mais qui recèle quantité d'informations surprenantes; en fait nous sommes tous concernés par ce « fruit » que nous ayons ou non de quoi le cultiver. Il en existe 60 variétés différentes, de quoi satisfaire tous les goûts, de quoi privilégier

celle qui convient le mieux à sa santé ; (la tomate jaune qui n'est pas acide sera préférée à la « rouge »).

Mieux, c'est la plante la plus cultivée au monde, loin devant la pomme de terre. Elle est devenue la référence dans un jardin.

Cultiver en serre, ou en pots sur les balcons ou mieux

encore en bacs surélevés, voilà le bon moyen de disposer de tomates pendant un maximum de mois. De plus les feuilles protégeant la plante de la pluie, celle-ci est mieux préservée des maladies comme le mildiou. Néanmoins, la plante a besoin d'air, sous tunnel, mieux vaut relever les bords.

Que faire contre cette maladie ? Le plus efficace est d'utiliser du bicarbonate de soude (5 grammes par litre d'eau), en prenant soin, comme l'a précisé un participant, de détruire dans le jardin tous les déchets végétaux.

Mais sous serre ou en pots, la plante a besoin d'air, d'eau, de chaleur et de lumière ; éclairer la plante de 8h le matin à 20h le soir de façon que, comme les humains, elle se « repose » la nuit !

Les premiers « gourmands » doivent être retirés mais ils peuvent être repiqués et produire des fruits.

Bien d'autres commentaires et informations de caractère plus professionnel alimentèrent des débats, tous aussi passionnants que les propos tenus par Hubert Le Jardinier dont la richesse fut très largement appréciée des participants.

Daniel Charier

Comment occuper les enfants en les initiant à la culture de la tomate

- ◆ Se munir d'une bouteille plastique
- ◆ La couper en deux dans le sens horizontal
- ◆ Remplir complètement la partie inférieure de :
 - * Billes d'argile
 - * Eau
 - * Terreau
- ◆ Déposer quelques graines de tomate
- ◆ Tasser avec le dos d'une cuillère
- ◆ Refermer la bouteille avec du scotch en prenant soin de laisser le bouchon fermé
 - * Après une semaine ou deux repiquer les plans qui ont poussé

Les loisirs 2018 — 4 sorties organisées

CROISIÈRE MOSELLE ET RHIN ROMANTIQUE du 6 au 10 mai

61 adhérents ont participé à cette croisière qui nous a permis de visiter Luxembourg et Schengen avant d'embarquer le dimanche soir sur le MS MONET. Par un temps très ensoleillé nous avons découvert Trèves le lendemain, et ensuite la Moselle avec ses 6 écluses. Le 3ème jour nous avons visité le Château de Cochem avec une arrivée en fin de journée à Coblenze et une visite découverte. Le 4ème jour nous avons navigué dans la vallée du Rhin romantique avec un arrêt à Mayence et la visite du Musée Gutenberg pour nous arriver le dernier jour à Strasbourg.

LE BOURGET—CHÂTEAU D'ECOUEN le 14 juin

98 adhérents ont participé à ces deux visites très intéressantes

LE PUY DU FOU du 6 au 9 septembre

45 adhérents ont participé à cette sortie qui nous a permis de découvrir la cathédrale de Chartres, le PUY du FOU et la Cinéscénie avec tous des spectacles tous plus beaux les uns que les autres et le dernier jour le Marais Poitevin. Tous sont revenus enchantés de ce séjour très ensoleillé.

THEATRE DES NOUVEAUTES « LA RAISON D'AYME » les 11 et 18 novembre

152 adhérents sont inscrits pour cette dernière sortie de l'année

Le Règlement Général de Protection de Données (RGPD)



Le RGPD est le nouveau cadre européen concernant le traitement et la circulation des données à caractère personnel, ces informations sur lesquelles les entreprises s'appuient pour proposer des services et des produits. Ce texte couvre l'ensemble des résidents de l'Union Européenne.

Il s'applique depuis le 25 mai à l'ensemble des entreprises et autres organismes qui collectent et utilisent des données personnelles.

Vous avez pu le constater lors des consultations, via internet, des sites de vos fournisseurs, ils vous annoncent à tour de rôle la mise à jour de leur politique de confidentialité et de protection des données personnelles.

tialité et de protection des données personnelles.

Pour nos adhérents :

La collecte et l'exploitation des données personnelles nécessitent l'acceptation explicite des adhérents, leur information sur les traitements, les mesures de confidentialité, leurs droits à communication, rectification, suppression....

Des dispositions et procédures existent déjà sur le site internet de l'AROPA.

Lors de nos échanges d'informations sur papier, une clause précisant ces éléments sera insérée dans les bulletins d'adhésion, appel de cotisations-renouvellement d'adhésion avant la signature de l'adhérent.

Marc Baudot

Commission Retraites

Mobilisons nous !

Le Premier Ministre vient d'annoncer que les retraites de base ne seraient revalorisées que de 0,3% en 2019 et 2020 alors qu'aucune revalorisation n'est prévue en 2018.

Cette décision, qui va réduire de l'ordre de 6% sur 3 ans notre pouvoir d'achat, s'ajoute à la hausse de la CSG au 1er janvier dernier.

Le Premier Ministre a dit vouloir privilégier le travail. C'est faire peu de cas de celui que nous avons accompli pendant toute la vie.

Nous sommes pointés du doigt, classés dans la « génération dorée ».

Faut-il encore répéter que le revenu moyen des retraités est de 1 283€ net mensuel (source DRESS pour 2015) ? Elle est où l'opulence ?

Que se passerait-il si nous arrêtons d'aider nos enfants (y compris financièrement) de nous occuper de nos petits enfants (23 millions d'heures de garde), d'aider nos parents dépendants (1 retraité sur 2 est concerné et pour plus de 5 heures par semaine), de nous engager dans la vie de nos communes et de nous mobiliser dans le tissu associatif (les présidents et bénévoles d'associations sont, pour plus de 50 %, des retraités) ?

Citoyens à part entière, nous sommes pris en otage : plus de 16 millions de Français qui n'ont plus que le poids électoral pour se défendre.

C'est le moment d'agir.

Aussi, allons-nous avoir besoin de vous, de votre mobilisation, non pas pour descendre dans la rue mais pour inonder les boîtes mail et les boîtes aux lettres de nos Députés avec copie aux Sénateurs par un modèle de courrier qui vous sera transmis courant octobre. Nous vous demanderons d'envoyer ce même courrier à la Présidence de la République.

Tenez-vous prêts, plus nous serons nombreux et plus nous serons crédibles.

Engageons-nous tous ensemble.

Monique Schubert et les Membres de la Commission.

Choisir sa fin de vie, si on en parlait :

Les directives anticipées et la personne de confiance...être mieux informé, une nécessité

5% des médecins et 58% des français ne connaissent pas "les directives anticipées". Seuls 14% des plus de 65 ans les ont rédigées et 51% n'envisagent pas de le faire !

Depuis la fin des années 1990, différentes lois ont fait progresser les droits des malades en fin de vie, notamment en leur permettant d'exprimer leur volonté, sous la forme de « **directives anticipées** » quant à la poursuite, ou non, des actes médicaux.

Dans cet article, nous vous présentons les nouveaux droits réaffirmés par la dernière loi, dite CLAEYS-LÉONETTI du 2 février 2016, qui bien que controversée sur certains points, est actuellement en vigueur (décrets d'août 2016). Ce dernier texte apporte de nouvelles précisions sur : **L'opposabilité des directives anticipées, l'arrêt des traitements et le recours à la sédation profonde.**

Les directives anticipées : un droit dorénavant opposable

Toute personne majeure consciente peut donc exprimer par écrit ses instructions par avance quant à sa fin de vie, en prévision d'une situation où elle ne serait plus en mesure de le faire. C'est ce qu'on appelle les **directives anticipées**, elles permettent au médecin de connaître ses souhaits sur les traitements à appliquer.

Elles sont désormais **contraignantes pour le médecin**, hors situation d'urgence. Il peut s'opposer à leur application s'il les juge « manifestement inappropriées ou non conformes à la situation médicale », mais doit dans ce cas engager une procédure collégiale (Concertation avec l'équipe soignante et au moins un médecin). Écrites par soi-même, datées, signées, les noms, prénoms, date et lieu de naissance doivent être indiqués. Elles sont **modifiables et révocables à tout moment**. Une fois rédigées, il est conseillé de remettre ces directives à sa **personne de confiance**, voir à sa famille et à son médecin traitant. La loi a prévu les cas particuliers où la personne ne peut les rédiger elle-même. Voir sur internet, les différents modèles existants: celui instauré par le décret du 5 août, celui proposé par la Haute Autorité de Santé.

L'arrêt des traitements : Respecter la volonté de la personne sans obstination

Le médecin doit s'abstenir de toute **obstination déraisonnable** et peut renoncer à entreprendre ou poursuivre des traitements qui apparaissent inutiles, disproportionnés ou qui n'ont d'autre effet que le seul maintien artificiel de la vie, (la nutrition et l'hydratation sont maintenant considérés comme des traitements).

La décision d'arrêter ou non les traitements doit respecter la volonté de la personne en fin de vie, qu'elle l'exprime par elle-même ou via ses directives anticipées. Si elle ne les a pas rédigées, le médecin ou la personne de confiance (ou, à défaut, un membre de la famille) peut engager la procédure collégiale afin de prendre la décision, ceci après leur information.

La sédation profonde : Une décision délicate

Le médecin peut demander à ce que la personne en fin de vie soit **endormie de façon profonde et continue, jusqu'au décès**. Le malade conscient peut également faire cette demande, à condition d'être atteint d'une affection grave et incurable, si son pronostic vital est engagé à court terme et si sa souffrance est réfractaire aux traitements. Dans ce cas, la procédure collégiale est mise en œuvre.

La personne de confiance : Sa désignation et son choix sont importants

Toute personne majeure peut désigner une **personne de confiance**, qui peut être un parent, un proche ou le médecin traitant, qui sera consultée au cas où la personne désignée serait hors d'état d'exprimer sa volonté et ou de recevoir l'information nécessaire.

L'avis exprimé par la personne de confiance doit refléter de façon **précise et fidèle** l'expression des souhaits du patient et non pas les siens. C'est une personne qui vous connaît bien, en qui vous avez confiance, et qui saura au mieux défendre vos valeurs, vos convictions et vos souhaits. La personne de confiance doit être informée sur son rôle et ses responsabilités. Son engagement moral doit être réel. Elle est dépositaire de droits et devoirs, notamment de confidentialité. Il est important de veiller à la bonne compréhension de son rôle (cf Dr Éric Kariger) **voir sur internet les formulaires existant pour sa désignation**

Jacques Boiteux