



Le Haillan  
CCAS



# SENIOR &

## BIEN DANS MA VILLE

*Petit guide pratique pour  
les 60 ans et plus*



## Edito

« Il fait bon vivre au Haillan » : voilà ce que me disent spontanément les habitants lorsque je les rencontre. Notre commune bénéficie, il est vrai, de nombreux atouts :

- des espaces naturels nombreux et remarquables qui permettent à chacun de profiter des bienfaits de la nature sans avoir à sortir de la ville,
- une vie associative riche et variée ensuite,
- enfin, des équipements et des services publics de qualité.

Tout ceci résulte de choix municipaux forts et assumés : la volonté de nous rassembler, toutes générations confondues et d'être solidaires malgré la dureté de l'époque. Ce ne sont pas là que des mots. Vous pourrez mesurer dans ce guide toute l'ampleur et la qualité des services portés par la ville et le CCAS pour faire vivre ces valeurs, au profit de l'ensemble des seniors, quel que soit leur degré d'autonomie.

Dans cette période difficile pour les retraité-e-s, sachez que la commune ne relâchera pas ses efforts et sera toujours à vos côtés.



Andréa Kiss,  
Maire du Haillan









# LES SERVICES DU CCAS



Le Centre Communal d'Action Sociale est un établissement public administré par un Conseil d'Administration et présidé par le Maire. Le CCAS est ouvert à tout public. Son objectif premier est d'animer une action générale de prévention et de développement social dans la commune. Il a pour missions d'informer, d'orienter et d'apporter des aides en fonction des ressources et de la situation familiale. Il propose également différentes manifestations, notamment en direction des seniors.

A travers ses services, le CCAS de la ville souhaite :

- **accompagner** les seniors dans la logique du « Bien vieillir » et favoriser le maintien à domicile
- **renforcer** la solidarité
- **encourager** le lien social et les liens intergénérationnels
- **favoriser** la place des seniors au sein de la ville



# LES ACTIONS

Inscriptions auprès du  
CCAS au 05 57 93 11 18

*À partir de 60 ans*



## • Gym douce

Avec la collaboration du CCAS, l'association Atout Âge organise pour vous, âgés de 60 ans et plus, un atelier de gymnastique douce pour la prévention des chutes à la salle du Forum les mardis matin. Cette activité permet de maintenir un bon niveau de forme en diminuant de façon significative le risque de développer des pathologies liées à l'âge.



## • Ateliers mémoire

Des ateliers autour de la mémoire sont organisés dans le cadre du PEP'S\* Euréka. Le programme fait le lien entre les facteurs favorables à la mémoire, les bons comportements à adopter et l'amélioration des capacités de mémorisation. Cette activité permet aussi de favoriser les rencontres, de partager et de sortir du quotidien.

\* Programme d'Éducation et de Promotion Santé





À partir de 65 ans



### • Repas des aînés

Ce repas, offert par le CCAS, a lieu une fois par an fin mars ou début avril. Ce moment convivial se déroule dans la salle du Forum en présence d'un orchestre et des élus de la commune.



### • Sortie printanière

Cette demi-journée gratuite, avec un nombre de places limité, est organisée chaque année en juin. Moments de partage et de découverte du patrimoine sont au rendez-vous !

Exemples de sorties déjà réalisées : balade en bateau sur le Bassin d'Arcachon, visite de la cité médiévale de Saint-Émilion, croisière en bateau sur la Garonne, balade avec le petit train touristique de Guîtres-Marcenais...



### • Journée des aînés

Une journée pour les aînés est organisée à L'Entrepôt au mois de novembre. Au programme : conférence sur un thème choisi avec une conférencière de l'Office du Tourisme de Bordeaux, suivie d'une animation (spectacle, pièce de théâtre, film...).



### • Plan canicule et grand froid : faites-vous recenser !

Le CCAS tient à jour un fichier recensant les personnes vulnérables afin que les pouvoirs publics puissent anticiper pendant l'été ou l'hiver les éventuelles conséquences d'une canicule ou d'un grand froid. Cette mesure réglementaire concerne les personnes isolées et/ou fragilisées âgées de 65 ans et plus, et facilite une aide prioritaire en cas de nécessité. Un courrier vous est envoyé avec une fiche à remplir. Pour être identifié, il faut la retourner au CCAS.

*À partir de 70 ans*



### • Repas du mercredi midi

Le restaurant scolaire est ouvert le mercredi aux personnes isolées de plus de 70 ans, permettant ainsi de partager un moment de convivialité. Le prix du repas est fixé en fonction des ressources.





### • Accompagnement aux courses

Âgés de plus de 70 ans et isolés, vous pouvez demander à bénéficier d'un service de transport aux courses. Un minibus peut vous amener au centre commercial Leclerc de Saint-Médard-en-Jalles. Celui-ci passe à votre domicile tous les mardis ou jeudis matin à partir de 8h30 pour une durée moyenne d'environ 1h30.

Ce service est rendu en fonction de la situation individuelle, sur réservation et avec un nombre de places limité.



### • Distribution de chocolats

À l'occasion des fêtes de fin d'année, une boîte de chocolats vous est offerte à votre domicile par un élu municipal lors d'un moment de rencontre et de partage.

Toutes les activités proposées par le CCAS vous sont communiquées par courrier et/ou par mail.

Inscriptions au 05 57 93 11 18.



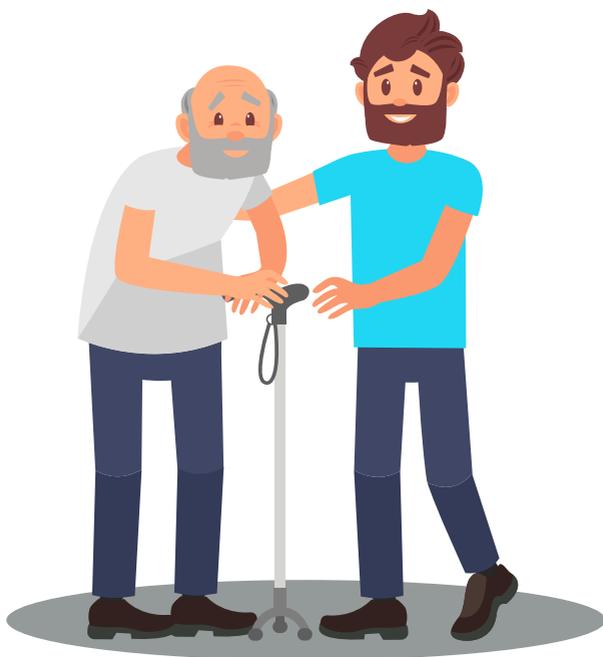


- **Maintien et aide à domicile**

Le CCAS est partenaire de l'ADHM (Association d'Aide à Domicile du Haut Médoc) et de Jalles Solidarités, deux associations proposant des services à domicile, tels que :

- ◆ Aide-ménagère
- ◆ Travaux d'entretien des espaces verts
- ◆ Livraison de repas\*
- ◆ Office de garde à domicile
- ◆ Téléalarme
- ◆ Services de soins à domicile

\*Une participation financière du CCAS peut être accordée en fonction des ressources sur présentation du dernier avis d'imposition.





### • Pass'Senior

Le Pass'Senior est une carte permettant aux seniors haillanais, retraités ou de plus de 65 ans, de pratiquer une activité sportive et/ou culturelle à tarifs réduits dans les associations partenaires de la ville (liste disponible sur [www.ville-lehaillan.fr](http://www.ville-lehaillan.fr) ou au CCAS).

Grâce à la participation financière du CCAS, une réduction de 25 à 75% est appliquée sur le tarif normal lors de votre inscription à l'activité choisie : danse, théâtre, musique, basket-ball, randonnée, tennis...

La participation se limite à deux activités par personne, une sportive et une culturelle. Cette carte vous est délivrée sous conditions de ressources (quotient familial inférieur à 1000€).

### • Aides facultatives

En cas de difficultés financières, des aides peuvent être mises en place. Veuillez vous adresser au CCAS pour l'étude de votre dossier.



# PARTICIPATION CITOYENNE

## Bénévolat

Donner de son temps à une association, au CCAS ou au Centre Socio Culturel La Source constitue un engagement solidaire et citoyen qui peut donner un sens à votre temps libre. C'est pourquoi, les personnes souhaitant faire du bénévolat dans le cadre de l'aide au transport aux courses par exemple, peuvent se rapprocher du CCAS qui les mettra en contact avec un organisme susceptible de répondre à leurs attentes.



## Comité consultatif

Un comité consultatif vous permet de faire connaître vos avis sur les activités organisées par le CCAS et de prendre, en groupe les décisions qui vous concernent, comme le choix des repas, du thé dansant et autres activités proposées. Pour rejoindre ce comité, veuillez vous informer à l'accueil du CCAS.





# LES ACTIVITÉS DE LOISIRS



## SE PROMENER

### *Parc du Ruisseau*

Situé en centre-ville, il constitue un espace naturel et préservé de 3,4 hectares de promenade et de loisirs avec des aires de jeux dédiées aux enfants. Il traverse la commune du Nord au Sud et offre une voie de circulation douce et de mise en relation avec le réseau de transports en commun. On y accède par les rues Jean Gardères, Hustin, et George Sand, les avenues Pasteur et République, le chemin de Meycat, la promenade des Girondins et l'allée des Roseaux.

### *Domaine de Bel Air*



S'étendant sur près de 5 hectares, ce parc boisé côtoie le centre d'entraînement du FC Girondins de Bordeaux. Lieu de promenades, il est aussi un lieu de loisirs avec une aire de jeux, un parcours de santé et une plateforme multisports libre d'accès à deux pas du centre-ville. On y accède par l'allée Jarousse de Sillac.



## *Parc de la Luzerne*

Ce parc boisé de 2.5 hectares est aménagé notamment de bains de soleil. C'est aussi un lieu de cheminement doux, situé entre le Centre Socio Culturel La Source et le groupe scolaire de la Luzerne, propice à la promenade et au pique-nique à l'ombre des arbres centenaires. On y accède par la rue Bernard de Girard. A noter : une aire de jeux verra le jour en 2019.



## *Bois de Sainte Christine*

Ce petit bois de 2.4 hectares est un lieu de promenades et de découvertes, avec ses nombreux espaces verts aménagés de manière naturelle. Il comprend des parcours pédestres, des tables de pique-nique et de nombreuses allées. Il est en liaison directe avec la piste cyclable Bordeaux - Lacanau, qui peut aussi être un circuit intéressant pour les joggeurs ou promeneurs. On y accède par l'avenue de Paris via le chemin de Moriès.





# SE DIVERTIR, SE CULTIVER

## *Espaces sportifs*

De nombreux espaces dédiés au sport sont présents au Haillan dont le complexe sportif de Bel Air (salle polyvalente, gymnase, terrain de pétanque, parcours de santé...), le stade municipal Abel Laporte (terrain de football, de tennis...) ou encore la salle de sports Georges Ricart (basket, hand, volley).

De plus, dans le cadre du dispositif municipal Le Haillan/Eysines, vous pouvez profiter d'un créneau gratuit tous les lundis de 15h45 à 16h45 de septembre à juin à la piscine du Pinsan.

## *Associations sportives et culturelles*

La Ville est riche d'associations sportives et culturelles. Grâce au Pass'Senior, le prix de l'adhésion à ces associations peut être réduit. (Cf. les services du CCAS p16).

Quelques exemples d'associations :

- **CLAD (Club Loisirs Ambiance Détente)** : Organise des jeux de cartes, voyages, repas, loto... pour des personnes de 50 ans et plus.

Contact : 06 77 29 49 31





- **CENTRE DU TEMPS LIBRE :**

Association culturelle, artistique et ludique qui propose de nombreuses activités : peinture, bridge, couture, broderie, etc.

Espace de la Fraternité, 12 rue Georges Clemenceau - 05 56 28 54 07



- **TEMPO JAZZ, DANSE, FORME, YOGA :**

L'association propose une grande diversité de cours adaptés à toutes les générations. Pour les seniors : Gym Bien-Être, Body Balance et yoga.

Contact : 06 61 76 62 03

- **LES FUSEAUX D'ALIÉNOR :**

Propose de découvrir et de pratiquer l'art de la dentelle au fuseau.

Contact : 05 56 34 01 93

- **L'AUTRE LIEU**

L'association a pour but de sensibiliser les habitants aux nouveaux modes de consommation, tout en créant un espace de partage et d'échange autour du développement durable. Elle ouvre un terrain favorable à la rencontre des différents acteurs de l'Economie Sociale et Solidaire, pour identifier les besoins de tous, et y répondre ensemble.

5 avenue Condorcet - 05 56 34 16 66





## Bibliothèque



Pour vos loisirs et votre information, pour assouvir votre curiosité, vous trouverez à la bibliothèque un large choix de livres, bande-dessinées, films, musique et plus de 80 titres de presse. Dans un cadre agréable et chaleureux, idéalement situé, l'équipe de la bibliothèque vous accueille, vous oriente et vous conseille.

C'est aussi un espace de services informatiques et de pratique des cultures numériques. À votre disposition : un accès Wi-Fi, des ordinateurs, une imprimante, ainsi qu'un programme complet de formation (sur inscription). Nous vous aidons pour réaliser vos projets et démarches en ligne.

Lieu d'échanges, la bibliothèque organise des rencontres et conférences.

La bibliothèque propose des livres audio et des livres en gros caractères pour le confort visuel. Vous ne pouvez pas vous déplacer ? Accédez aux ressources numériques *Bib en Ligne* depuis chez vous ou profitez d'un service portage à domicile et de service au volant.

30 rue de Los Heros - 05 57 93 11 31  
[www.bibliotheque.ville-lehaillan.fr](http://www.bibliotheque.ville-lehaillan.fr)



## Ludothèque



La ludothèque est un espace dédié au jeu, ouvert à tous où vous pouvez jouer sur place gratuitement ou emprunter des jeux sur inscription. À votre disposition : des espaces de jeux aménagés pour petits et grands. Que vous préfériez les jeux de plateaux, en bois, d'adresse ou de cartes, de stratégie ou de questions, la prochaine partie vous attend à la ludothèque !

58 rue Edmond Rostand - 05 57 81 87 21

## L'Entrepôt



L'Entrepôt est une salle de spectacle et de cinéma de 456 places. Lieu de l'imaginaire et de la création où se mêlent toutes les formes d'expression culturelles : danse, théâtre, musique, humour, conférences, expositions... L'Entrepôt est un espace ouvert à tous ! Chacun peut y trouver selon ses goûts et ses envies, le programme de son choix. Retrouvez également son programme cinéma avec notamment les retransmissions de la Comédie Française et du Metropolitan Opera ainsi que les voyages filmés et commentés de Connaissance du Monde. Le bar *L'entrepotes* est un lieu convivial et chaleureux pour se retrouver confortablement autour d'un verre ou d'un café !

13 rue Georges Clemenceau - 05 56 28 71 06

[www.lentrepot-lehaillan.com](http://www.lentrepot-lehaillan.com)



## CRÉER DU LIEN

### Visite à domicile



La Délégation Croix Rouge des Portes Océanes a mis en place une action d'accompagnement aux personnes isolées qui consiste en des visites à domicile à un rythme défini par ces personnes-bénéficiaires en fonction des disponibilités des bénévoles. C'est aussi un moment convivial autour d'un jeu de société ou tout simplement d'un thé, d'un café ou d'un moment de lecture. Ce peut être aussi une sortie dans la rue, dans un parc, à la bibliothèque, au cinéma...

Vous pouvez rejoindre les bénévoles ou tout simplement bénéficier de ce service en contactant Monsieur Geffard au 06 09 15 69 45.

Croix Rouge Française : Résidence les Hauts de l'Hippodrome,  
rue des Treytins 33320 Eysines - 05 56 28 12 87



## Rencontres intergénérationnelles

Des animations avec les enfants des accueils de loisirs de Bel Air en collaboration avec le service jeunesse de la ville sont organisées. Ces rencontres permettent de tisser du lien entre les générations, mais également de partager des moments conviviaux. Quelques exemples de rencontres : visites, spectacles, échange de chocolats à Pâques, sport... autant d'occasions de partager de bons moments !



## Semaine bleue

La Semaine Bleue est la semaine Nationale des Retraités et des Personnes âgées. Elle se déroule chaque année en octobre. Durant toute cette période, des associations mettent en place des activités telles que des marches, des thés dansants, des conférences, des rencontres intergénérationnelles, des activités bien-être... Cette semaine permet de créer des liens entre générations en invitant le grand public à prendre conscience de la place et du rôle social que jouent les aînés dans notre société.



## *Vivre ensemble avec nos différences*

Chaque année, au cours du mois de novembre, à l'occasion d'une semaine dédiée au handicap, le CCAS et ses partenaires, mettent en place diverses rencontres entre personnes atteintes d'un handicap et personnes valides : conférences, cinéma, expositions, rencontres sportives... Certains temps sont sur invitation et d'autres ouverts à tous les publics.

Autant d'initiatives qui favorisent la convivialité et renforcent le lien social.





# LA SANTÉ





## Numéros d'urgence



- Samu : 15
- Pompiers : 18
- Police nationale : 17
- Commissariat d'Eysines : 05 40 12 14 80
- Police municipale : 05 57 93 11 22
- SOS Médecins : 05 56 44 74 74
- Pharmacie de garde : 32 37
- SOS Maltraitance des personnes âgées : 33 77
- SOS sinistre (Incendie, dégâts des eaux) : 05 56 24 42 08

Retrouvez les coordonnées des professionnels de santé sur [www.ville-lehaillan.fr/annuaire](http://www.ville-lehaillan.fr/annuaire) et sur les annuaires en ligne.







**Ville du Haillan - Guide *Senior et bien dans ma ville***

Directrice de la publication  
**Andréa Kiss, Maire du Haillan**

Rédaction  
**CCAS, Service communication**

Conception et réalisation  
**Service communication**

Crédits photos  
**Ville du Haillan, Fotolia (Ipopba)**

Visuels  
**Fotolia (Artinspiring, Happy pictures, Tynyuk)**

Guide édité en novembre 2018 sous réserve de modifications. Imprimé à 3000 exemplaires par Laplante sur papier PEFC issu de forêts gérées durablement.



**CCAS du Haillan**  
135, avenue Pasteur  
33185 Le Haillan  
05 57 93 11 18  
[ccas@ville-lehaillan.fr](mailto:ccas@ville-lehaillan.fr)  
[www.ville-lehaillan.fr](http://www.ville-lehaillan.fr)