



Repères 38

Journal des retraités CFDT de l'Isère

Mars 2022 - n°48

Edito

Nos valeurs ancrées dans le réel. Et, pour notre génération sur fond de détresses, la pulsion de Vie !

Le réel c'est d'abord l'actualité. La guerre en Ukraine dont les conséquences nous bouleversent jusque chez nous. A Voreppe où je chante, Lyudmila une réfugiée accueillie chez une choriste d'origine tchèque, a eu la fierté de chanter avec nous l'hymne ukrainien. De la fierté, mais aussi quel désarroi sur son visage ! Et pour les choristes, l'horrible sentiment d'impuissance. (voir en replay sur Arte "La déchirure", de Katia Sol-dak)

Nous sommes d'autant plus bouleversés que nous sommes une génération qui, pour beaucoup d'entre nous, a connu l'effroi : pour Bernard ALBERT, par exemple, en 1941 ce furent les charrettes de l'exode et 20 ans plus tard le quotidien des appelés embringués dans la guerre d'Algérie. Pour moi, né dans le bruit des sirènes, ce fut l'enfance à Saint-Malo détruit à 80 %, mes sœurs qui avaient faim...

Mais au moins nous étions réunis, pas comme Lyudmila !

Et toi lecteur ou lectrice, tu en aurais certainement des histoires qui t'ont brassé, à raconter... Et te voilà adhérent d'un syndicat du refus des injustices, qui te ressemble et nous rassemble !

Puis il y a toutes les détresses par temps de paix, mais toujours à l'œuvre : la pulsion de vivre... et de partager !

Jocelyne Pelloux par exemple : elle et son mari, le regretté Jacques, ont perdu un enfant. Avec une autre famille dans la même détresse ils ont fondé Source de Vie. Ce mois-ci c'était le 20^{ème} anniversaire. Jocelyne raconte :

"L'histoire a commencé dans les années 90 dans un désert : un désert sans structures médicales d'accompagnement de la fin de vie, ni pour les malades, ni pour leurs proches..."

La première famille endeuillée avait le projet de fonder, dans la Bièvre, une maison qui pourrait accueillir et accompagner des personnes en fin de vie... Pourtant, malgré toute leur énergie, ce projet ne parvenait pas à se concrétiser.

La seconde famille, encore dans la douleur de la perte, encore marquée par le manque structurel d'accompagnement des personnes en fin de vie et de leurs proches, ne souhaitait pas en rester là !

Et c'est là que la magie de la rencontre a fait son œuvre : l'envie de réfléchir et d'agir ensemble a permis de remobiliser toutes les énergies vers un seul but : offrir aux habitants de la Bièvre un véritable accompagnement de fin de vie...

Pas à pas, le projet a pris corps... Rencontre avec des professionnels du service HAD du CHU de Grenoble, réflexion autour de l'organisation des soins palliatifs et décision de fonder, fin 1999, une association : l'association « Source de Vie »...

Les 2 premiers objectifs de l'association seront la création d'un réseau de soins palliatifs et la mise en place d'un réseau de bénévoles pour démarrer l'écoute des malades et de leurs proches.

Quant à l'histoire de « Source de Vie », c'est ensemble que nous continuerons à l'écrire. Une histoire d'humanité partagée..."

A la Commission Santé, Jocelyne, avec Annick Genin (également touchée par le deuil récent de son mari), font partie des personnes ressources pour ceux et celles qui ont un proche dépendant en Ehpad ou à domicile.

(Voir l'article sur l'aide aux aidants en page 6)

Maxence GIRARD

SOMMAIRE

Edito	P 1
ULR du Voironnais et Vienne	P 2
ULR de Grenoble	P 3
Présidentielles 2022	P 3
Antoine au fils du temps	P 4
Dossier alimentation	P 5
Le rêve de l'homme augmenté	P 6
Aide aux aidants	P 6
Pacte du pouvoir de vivre	P 7
La papeterie de Tsubaki	P 8
Élise et les nouveaux partisans	P 8
À vos agendas	P 8

ULR DU VOIRONNAIS DE LA BIÈVRE ET DE LA CHARTREUSE

L'ULR du Voironnais est composée de 81 adhérents du Voironnais, de la Bièvre et de la Chartreuse.

Elle se réunit une fois par mois à la Bourse du Travail de Voiron pour y débattre de l'actualité, des retours sur les commissions de l'UTR38 et des questions spécifiques.

- **Réunion du 16 décembre 2021** : actualité : les candidatures présidentielles de l'extrême-droite, rappel de la position de la CFDT au niveau national.

- L'état de la grande salle commune de la Bourse du Travail, accord pour écrire à la mairie de Voiron pour demander des travaux de rénovation.

Préparation du congrès confédéral : discussion sur la perte de pouvoir d'achat des retraités. Marie Christine NAUDET demande des augmentations en somme fixe.

Accord sous forme d'amendements à l'avant-projet confédéral.

- Préparation de l'A.G. du ULR du

Voironnais, le groupe de travail CVS souhaite intervenir sur le sujet.

- Exposé de Pierre FORTOUL sur la situation de l'U.L. de Voiron : l'UD CFDT a résilié la connexion internet/téléphone, son rôle reste celui d'un « concierge », il renvoie tous les courriers à l'UD, il rendra les clés dès la prise en main par l'U.D.

- **Réunion du 20 janvier 2022** : L'état de santé du Trésorier Johan SEGOND opéré ne lui permet pas de participer à l'A.G. du 10 février.

Les adhérents sont d'accord pour un report au 14 avril.

Rapport d'Evelyne BURDET sur la Commission Qualité de vie en plusieurs sous-groupes : alimentation, fracture numérique, mobilité hors agglomération.

- **Réunion du 10 février 2022** Discussion sur la prochaine AG du 14 avril, Michel PERNEY se propose au poste de Trésorier adjoint pour aider Johan SEGOND.

50^{ème} congrès confédéral : Débat sur les amendements à proposer par notre ULR.

4 amendements retenus :

1. opposition au modèle néolibéral de Société, qui veut tout déréglementer,
2. accès aux soins pour tous, en limitant puis interdisant les honoraires libres des médecins et chirurgiens,
3. vote d'une Loi Grand-Age,
4. Augmentation des retraites en somme fixe pour réduire le niveau des basses pensions.

Les amendements sont soumis au Bureau UTR38 du 10 mars. Non retenus, ils seront repris au Congrès U.C.R (CFDT Retraités) de 2023 à Valence.

Thèmes pour la Formation UTR d'octobre 2022 : Accord pour un débat sur la fin de vie et les directives anticipées.

Agenda prochaines réunions : 23 mars 2022 et 14 avril 2022, A.G.

Franklin PAQUIN

ULR DU PAYS VIENNOIS ET ENVIRONS

L'Union Locale des Retraités du pays viennois et de ses environs compte 71 adhérents(es).

Son fonctionnement a repris à peu près normalement depuis quelques mois, mais on sent tout de même que nos adhérents(es) ne sont pas dans une dynamique identique à l'avant covid.

Nous avons tenu une réunion de notre ULR à Estrablin le 20 janvier. Nous étions 16 à partager galette et cidre, et à échanger autour de l'actualité. Quelques excusés qui avaient le covid ou qui avaient peur de l'attraper. Mais ça faisait plaisir de se retrouver.

Le Bureau de l'ULR (8 membres) se réunit tous les mois pour déci-

der de son action syndicale, faire le point sur l'actualité de l'Union Locale, de l'Union Territoriale des Retraités de l'Isère, et quelques points sur l'actualité régionale et nationale de la CFDT.

L'Union Locale du pays viennois était présente sur le marché le samedi matin 12 mars. Comme à chaque fois, les retraités(es) CFDT ont répondu présent pour partager ce moment militant avec les actifs.

Une présence de la CFDT sur le marché de Vienne programmée une fois par trimestre, qui lui permet d'être identifiée avec un grand barnum CFDT et différents

supports syndicaux. Une quinzaine de militants(es) actifs et retraités se sont relayés pour aller au-devant des nombreuses personnes qui déambulent en faisant leur marché. L'occasion d'échanger, de répondre aux questions et distribuer des infos CFDT.

Le Bureau va travailler rapidement à organiser une sortie pour les adhérents(es) pour le 2^{ème} semestre. Nous vous tiendrons informés.

Comme chaque fois, l'envoi des attestations fiscales est un moment qui nous a permis d'écrire à tous nos adhérents(es), prendre de leurs nouvelles et leur donner des informations.

ULR DE GRENOBLE AGGLOMÉRATION ET SUD-ISÈRE

A propos de la Galette 2022

Le 24 janvier 2022 les adhérents de l'ULR de Grenoble Agglomération et Sud-Isère étaient invités à partager la traditionnelle galette syndicale et à participer à un débat dont le thème était :

"La présidence française du Conseil de l'Union Européenne, quels enjeux" ?

Henri OBERDOFF, professeur émérite de l'Université de Grenoble Alpes et président de l'Université Populaire Européenne de Grenoble UPEG, www.upeg.eu a présenté et animé ce débat.

La présidence française a débuté le 1^{er} janvier 2022 pour une durée de 6 mois. Elle a retenu 3 dossiers :

1) Dans le social, la création d'un salaire minimum européen,



2) Dans le numérique, une régulation des plateformes,

3) Dans l'environnement, une taxe carbone aux frontières.

Dans le débat avec la salle, il a été observé que la fiscalité européenne n'est pas abordée, ni la constitution européenne que les français ont

refusée. Il a été constaté que la question du fédéralisme évolue très modestement. Ce n'est pas dans la culture française. Ensuite, il a été noté que la politique migratoire a de grosses difficultés à se mettre en place car il faudrait modifier l'esprit de l'espace Schengen.

Pour la Cfdt, la France doit faire avancer les dossiers de l'Europe sociale, du salaire minimum européen et de l'Europe verte.

Elle doit favoriser la mise en place du mécanisme d'ajustement carbone aux frontières, ainsi que l'Europe numérique et l'adoption des régulations moins favorables aux GAFA (Google, Appel, Facebook, Amazon) .

Alain CAFFERATTO



Présidentielles 2022, mission impossible pour Repères

Pierre LAPORTE-DAUBE nous a proposé de publier dans Repères son travail résumant en 12 fiches le programme des candidats. Une fiche par thème : Europe, Fiscalité, Immigration ...

Mission possible pour les adhérents Cfdt : utiliser les objectifs du Pacte du Pouvoir de Vivre (voir en page 7) comme **clé d'analyse** permettant à chacun de passer au crible le programme des candidats.

ANTOINE AU FIL DU TEMPS

Un regard résigné sur les déboires de l'avancée en âge où l'on distingue malgré tout un esprit de résistance et la volonté de ne pas se laisser abattre.

Et pour commencer, le porte-monnaie ...

Ma femme et moi avons pris l'habitude d'enregistrer nos dépenses. Sans changements particuliers de notre mode de vie, le coût total annuel de notre alimentation entre 2020 et 2021 a augmenté de 9,05 %. Entre 2019 et 2020 il avait déjà augmenté de 6,026 %.

Ce sont des indicateurs inquiétants pour le pouvoir d'achat des personnes qui touchent de très modestes retraites.

Le tracas de lunettes

J'ai perdu mes lunettes en ville le 17 février. J'ai appelé le cabinet de mon ophtalmologue en urgence pour un contrôle de ma vue avant de racheter des lunettes. Le répondeur du cabinet m'informe qu'il ne prend plus de messages et demande aux patients de s'adresser à Doctolib pour obtenir un rendez-vous. Par doctolib je ne peux pas obtenir un rendez-vous avant le premier

septembre ! Que faire ? Utiliser mon ancienne ordonnance vieille de quatre ans pour acheter de nouvelles lunettes ?

La modernité n'amène pas forcément la facilité

Il y a quelques années, pour remplacer le lave-vaisselle tombé en panne après plus de 40 ans de service chez ma sœur ainée âgée de 90 ans, j'ai eu la chance de pouvoir acheter chez Darty le dernier lave-vaisselle avec boutons de commande manuelle et indications en noir et blanc. Les nouvelles machines sont toutes à commande électronique avec un tout petit écran lumineux, peu compréhensible, trop sensible pour des mains tremblantes, source d'erreur de manipulation, comme beaucoup d'équipements domestiques : machine à café, plaque de cuisson à induction, poste radio, etc.

Combien de fois des mets ont

brûlé dans une casserole parce qu'on se trompe de bouton noir sur plaque de cuisson noire, tous les boutons alignés sur un côté sans correspondance évidente avec la zone de cuisson utilisée !

A quand des normes adaptées au grand âge ?

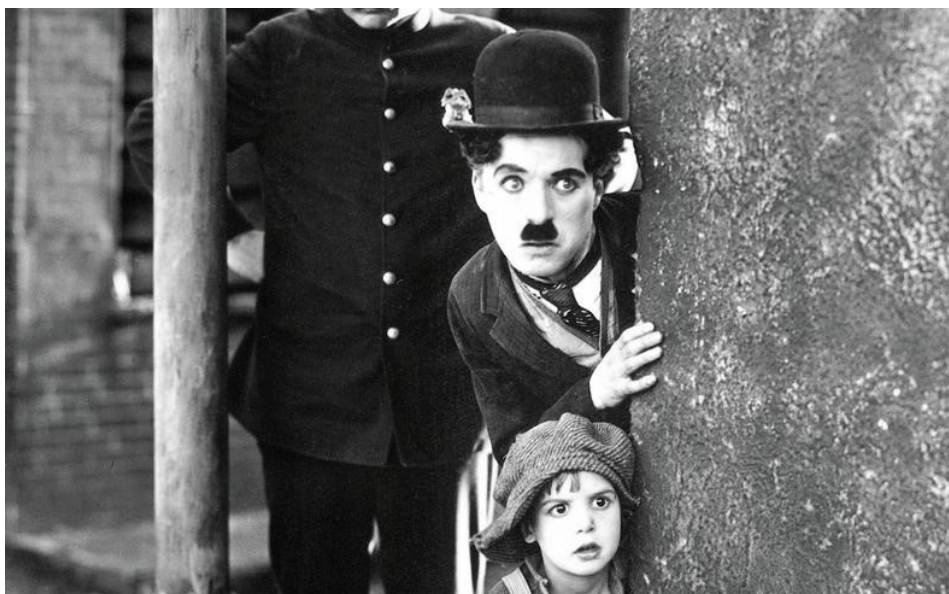
Radio et télé : le grand âge tout autant malmené

C'est souvent un concours de vitesse de parole entre interlocuteurs ou l'art de couper la parole l'un l'autre pour pouvoir placer un mot... C'est totalement inaudible pour les personnes âgées dont la vitesse de compréhension a baissé.

Précampagne présidentielle

Dans le courrier des lecteurs du journal La Croix j'ai relevé un point de vue que je partage. Je cite F. MARTINETTO :

« Lorsque certains journalistes interrogent un(e) politicien(ne), ils n'écoutent pas la réponse. Ils préparent la question suivante, ils essaient d'orienter la réponse, ils laissent peu parler, coupent la parole, cherchent à faire critiquer les autres candidats et traitent souvent des points de détails qui feront le « buzz ». Nous voulons des informations ... Les interprétations, c'est à nous de les faire en fonction de ce que nous entendons. L'important, c'est l'interlocuteur, quel qu'il soit. »



Antoine BOQUET
ULR de GRENOBLE



La commission Qualité de vie de l'UTR vous a présenté les principes fondamentaux de l'alimenta-

tion et les préconisations du Programme national nutrition santé (PNNS) dans le numéro précédent, Repères n°47.

Si les heures et la nature des repas sont affaires de culture et ont donc évolué au cours du temps et des siècles...

Aujourd'hui, que pouvons-nous manger et à quelle heure ?

Pour ébaucher une réponse à cette question, cet article s'intéresse à la chrononutrition, élaborée en 1986 par le Dr Alain DELABOS après des travaux de recherches cliniques sur des patients sujets à des surcharges pondérales ou à des problèmes de maigreur.

La chrononutrition, comme d'autres médecines naturelles a gagné en popularité ces dernières années. Cette spécialité scientifique tire aussi ses racines dans l'Ayurveda (Inde) et la médecine chinoise traditionnelle. En voici les grandes caractéristiques :

- Définition d'un mode alimentaire qui consiste à répartir les aliments au

cours de la journée selon leur nature, afin d'être le mieux digérés possible en fonction des **rythmes biologiques et métaboliques du corps humain** :

- ◇ Activité rénale maximale 5h00 à 11h00
- ◇ Activité pancréatique maximale 8h00 à 10h00 et de 18h00 à 21h00
- ◇ Activité hépatique et biliaire maximale 11h00 à 15h00
- ◇ Activité intestinale colique maximale 7h00 à 9h00
- ◇ Activité musculaire maximale 10h00 à 12h00 et de 16h00 à 19h00
- ◇ Activité intellectuelle d'apprentissage 9h00 à 11h00 et de 15h00 à 17h00
- ◇ Activité intellectuelle de concentration 8h00 à 10h00 et de 16h00 à 17h00
- ◇ Activité d'éveil (cortisol) 6h00 à 9h00

- **Respect de tous les rythmes naturels du corps.** Une perturbation prolongée du rythme naturel du corps et notamment du sommeil peut augmenter le risque de diabète et de maladies cardiovasculaires.

- **Consommation des aliments au moment propice à leur assimilation et**

non à leur stockage, en synchronisant les besoins nutritionnels avec l'horloge interne dans le respect de la physiologie. Notre corps se prépare à recevoir certains aliments en fonction de ses besoins, à des moments précis de la journée, en sécrétant les enzymes digestifs adéquats

- **Manger plutôt gras** et protéiné le matin, un repas équilibré et riche le midi et un repas **plus léger le soir**, moment où les sécrétions digestives sont plus faibles.

Objet de quelques critiques : système rigide, difficile à suivre, qui conduit à consommer beaucoup de protéines animales et insuffisamment de légumes, source de fibres.

Attention cet article n'est pas une ordonnance ! Si vous souffrez de pathologie, les consignes à respecter sont celles données par votre médecin !

Il convient de s'écouter et faire confiance à son corps ! sans s'interdire ou s'obliger ! Notre corps sait très bien s'adapter et il est capable d'équilibrer le bol alimentaire fourni sur la journée entière, et même sur la semaine.

Voici la composition de menus-type inspirés de la naturopathie et de la chrononutrition, médecines naturelles qui agissent pour la santé du corps et de l'esprit.

Petit déjeuner (06h30-09h30) avec des glucides, lipides et protéines

- Thé, tisane, café (sans sucre ni lait), Pain demi complet (campagne)
- Beurre ou huile d'olive- Fromage, Œufs ou jambon blanc, poisson
- Compote peu cuite et pas sucrée
- Pas de jus de fruits (trop riche en sucre) ni de sucres concentrés
- Le petit déjeuner n'est toutefois pas indispensable ! À vous de choisir

Collation (10h-11h) : 1 fruit de saison de qualité, fruits secs oléagineux (noix)

Déjeuner (avant 14h) avec protéines, sucres lents et légumes verts

- Un plat unique : composé de **protéines animales ou végétales*** et de sucres lents.
 - Viande blanche ou rouge, Poissons (maigres, mi-gras ou gras), Crustacés ou Œufs.
 - Céréales, pomme de terre, lentilles - Légumes cuits- Crudités possibles.
- Ce plat ne doit pas associer **protéines**

fortes (viandes, poissons, œufs) et **féculents forts** (riz, pâtes, pain...) mais peut les associer à des protéines faibles (légumineuses, laitages) ou des féculents faibles (pomme de terre en excluant les frites, la châtaigne...).

Tout en veillant à l'acidité des fruits et légumes, notamment de la tomate. Casser cette acidité est possible avec carottes, oignons, ail, herbes de Provence, huile...

- Terminer par une boisson chaude (tisane)
- Pas de sucré, ni de produits laitiers, ni de vin, ni de pain, ni de dessert mais 1 carreau de chocolat (+70%)

*Les **protéines végétales** résultent de l'association de céréales (complètes ou demi-complètes) et de légumineuse, par exemple : riz et lentilles ou haricots rouges, semoule et pois chiches, fèves, etc..

Goûter : en cas de faim, collation sucrée vers 17 heures !

- Chocolat noir Fruits frais ou son jus, Fruits oléagineux Confiture, compote, gâteau maison

Dîner (1 h 30 à 2 h après le goûter et au moins 2 h avant le coucher)- léger, le moins gras et le plus digeste possible :

- Pas de potage sauf épais,
- Viande blanche, Poissons gras
- Crudités ou légumes cuits, légumineuses
- Éviter féculents forts, fromage, dessert

Sans oublier la Boisson :

- Boire de l'eau, du thé vert, puissant antioxydant.
- Boire dans la journée en dehors des repas une gorgée d'eau tous les ¼ d'heure.
- Essayer de ne plus boire après 19h (Eviter la fatigue des reins).
- Pas de produits industriels. Limiter le café, alcool, coca ...



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

Le prochain article : « Comment s'informer sur l'alimentation en gardant en esprit critique ? ».

En finir avec le rêve de "l'Homme augmenté"

Savez-vous ce qu'est le transhumanisme ?

Dans les années 2017 et 2018 j'ai découvert cette prétention à nous rendre immortels. Avec les progrès de la science et de la médecine il est théoriquement possible de perfectionner l'humain par une augmentation des capacités physiques et mentales jusqu'à supprimer le vieillissement et la mort : finis les diabètes, les hypertensions, les formes d'arthroses ? "Mourir guéris" en quelque sorte, en attendant l'immortalité ?

Fin de rêver en fait ! Voilà qu'un ignoble petit virus inconnu surgi sur notre planète et venu d'on ne sait où vient changer la donne : les hôpitaux sont débordés, les morgues submergées, les autorités médicales et politiques tétanisées.

L'isolement et le confinement ont transformé nos cités en villes fantôme dans un silence uniquement déchiré par les sirènes des ambulances.

Au début on nous expliqua que les masques étaient inutiles, puis ils devinrent obligatoires. Puis vinrent les vaccins, preuve de notre supériorité contre le virus ? Pas si magiques que ça, les vaccins ! Certes ils protègent contre les cas graves mais les vaccinés peuvent rester contagieux, se recontaminer, avec une protection limitée à plus ou moins 6 mois : pas de quoi stopper net les délires des complotistes ni en finir avec le débat sur la liberté de se faire vacciner, ou pas et l'OMS dut se contenter de "préconiser" la vaccination.

Des voix généreuses proposèrent

de supprimer les brevets, mais les labos s'y opposèrent avec succès. 31 milliards par an de chiffre d'affaire pour Pfizer : une aubaine pour les actionnaires ! Les pauvres des pays émergents attendront encore : ils ne sont que 2 % à être vaccinés !

Je constate avec l'arrivée de la Covid19 que "l'Homme augmenté" promis par le Transhumanisme se retrouve "diminué" et toujours aussi démuni quand il est pauvre. De quoi nous inviter à la modestie et rabattre nos prétentions à dominer la nature. De quoi surtout nous inciter à plus de fraternité et de compassion, nous battre pour des traitements accessibles à tous, fidèles aux valeurs que la CFDT a dans ses gènes.

Franklin PAQUIN

Pour mieux entourer et accompagner les "humains diminués"

Aider les aidants, développer le Droit au répit et le rendre accessible financièrement

Les Plateformes d'Accompagnement et de Répit pour les Aidants (en moyenne 2 par département comme c'est le cas dans l'Isère, à Grenoble et à Bourgoin) sont des lieux d'écoute, de ressources et d'informations sur le droit au répit et la possibilité de prendre le relais de l'aidant sous formes diverses (accueil temporaire, organisation de gardes de nuit, ou encore relayage à domicile).

Le relayage : Il permet de prendre le relais de l'aidant d'une personne âgée ou handicapée par un intervenant à domicile sur plusieurs jours (6 jours maximum, en pratique 3 jours en moyenne). Cette formule héritée du **Baluchonnage** en usage au Canada fait l'objet d'une expérimentation confiée à l'association justement nommée

"Baluchon France". Des questions restent à résoudre compte-tenu des dérogations au droit du Travail (personnel mobilisé 24h/24) et compte-tenu du coût (entre 110 et 620 € par journée de suppléance à domicile). Des aides sont possibles : l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) ou la Prestation de Compensation du Handicap (PCH). La Région ou le Département, comme certaines caisses de retraite, peuvent accorder une aide supplémentaire mais "le reste à charge" n'est pas à la portée de tous. **Les gardes de nuit** notamment sont particulièrement coûteuses : une nuit de garde par un étudiant de Santé, de 20 h. à 8 h., coûte environ 90 euros...

Ma Boussole Aidants est un portail d'informations d'AGIR ARCO pour aider un proche au quotidien et faire gagner du temps et de l'énergie à l'aidant grâce à des informations fiables

sur les aides personnalisées disponibles autour de lui.

Le congé pour aidant avec l'Allocation Journalière du Proche Aidant (niveau Simic), versée par la CAF et la MSA, permet aux actifs de s'absenter pour accompagner un parent malade ou handicapé, sous certaines conditions. Ce droit est depuis peu étendu au conjoint collaborateur.

Et n'oublions pas que des **Personnes Ressources** existent au sein même de l'UTR CFDT et de la Commission Santé. Déjà impliqués dans les CVS (Conseils de Vie Sociale) certains et certaines d'entre nous apportent aide et conseils, et agissent en réseau. **Prochainement un blog** nous permettra de mieux nous faire connaître et de mieux répondre aux personnes en attente d'écoute et de conseils.

Agnès LAEUFFER
pour la Commission Santé

PACTE DU POUVOIR DE VIVRE

De l'utilité de la Presse... et de lecteurs en éveil pour que l'idée face son chemin

Bien que m'étant éloigné depuis pas mal de temps de la religion, je suis resté un fidèle lecteur de l'hebdomadaire "Témoignage Chrétien" dont j'apprécie les articles et les analyses qui concernent l'actualité. Dans un récent numéro, c'est avec plaisir que j'ai trouvé un article dont le titre est "Le Pacte du pouvoir de vivre à l'offensive" L'auteur constate que "l'on a rarement vu une aussi large coalition qui auditionne

actuellement les candidats à la présidentielle".

Le Pacte du pouvoir de vivre, fort de ses soixante six organisations de toutes tailles est porteur de quatre-vingt-dix propositions qui ont pour ambition de concilier impératifs environnementaux et sociaux. L'auteur constate "Nombreux sont ceux qui ne voient plus comment peser et agir comme citoyens sur le cours des événements". **Face à cette réalité, le Pacte veut tracer un chemin autour de quatre leviers de changement :**

- une société qui prend soin, qui

protège, qui accompagne

- une transformation écologique juste, qui crée de l'emploi dans nos territoires
- des investissements publics et privés pour financer un avenir écologique et socialement juste
- une démocratie qui redonne à toutes et à tous le **pouvoir d'agir**.

Avec toujours une attention particulièrement soutenue aux plus démunis particulièrement négligés dans cette campagne. Beau et vaste programme !

Guy BARNIER

L'idée fait son chemin... et les militants passent aux actes

CFDT incluse, le Pacte du Pouvoir de Vivre Isère a organisé le 16 mars à Grenoble, une journée autour du pouvoir de vivre dans un logement confortable, économe en énergie.

Le matin, présentation de l'auto rénovation accompagnée dans le cadre de la démarche de Territoire Zéro Chômeurs Longue Durée, sur la ville d'Echirolles dans les quartiers de la Luire et de la Viscoise. Des chômeurs de ces quartiers rénovent eux même leur logement en acquérant des compétences professionnelles. Sur ce territoire il y a plus de 600 chômeurs de longue durée et un parc de logements habités par des personnes qui n'ont pas les moyens d'améliorer leur logement. Le projet a pour objectif de résoudre ces deux problèmes simultanément : donner du travail aux personnes qui en sont privées et les faire travailler pour l'amélioration des logements qui en ont besoin.

L'après-midi à Sciences Po, un **débat public** était organisé avec Christophe ROBERT, Délégué Général de la Fondation Abbé Pierre, porte-parole national du



PPV. L'Observatoire de l'Hébergement et du Logement a tiré la sonnette d'alarme : en Isère sur 32 000 demandes de logements sociaux, il y a 9 250 personnes privées de domicile personnel...

Michel DUBROMEL ancien président de France Nature Environnement a souligné que pour un habitat sain et adapté à la vie de famille les dispositifs existent,

mais les financements manquent toujours cruellement alors que la réglementation environnementale oblige à avoir le bâti renforcé incluant le confort pendant l'été. Il faudrait des rénovations globales à plus grande échelle mais les financements manquent toujours !

Régis MOREIRA

La Papeterie de Tsubaki de OGAWA Ito

En ces temps de restriction de voyages, voici un livre qui nous fait découvrir un aspect méconnu du Japon : les écrivains publics. C'est un roman "feel good" (qui fait du bien).

À Kamakura, pas très loin de Tokyo, Poppo a repris l'échoppe d'écrivain public et papeterie de sa grand-mère, l'Aînée, qui l'a élevée. Sa mère l'a laissée très jeune et elle n'en garde pas souvenir. Elle rédige des lettres à la demande, avec cette particularité que les demandeurs n'ont pas connaissance des courriers envoyés. C'est une question de confiance, seul le résultat, à réception de la lettre au destinataire, compte. Les lettres sont très différentes, dans le fond et la forme, suivant les destinataires : l'une pour intimider un homme de la mafia japonaise, l'autre pour signifier une rupture d'une relation amoureuse, une autre pour permettre à

une personne âgée de "partir" en douceur...

Poppo vit seule mais est bien entourée et apprécie la nature, la cuisine, les coutumes de sa région. Elle se remémore les relations, parfois difficiles, avec sa grand-mère.

Ce qui est particulier dans cette culture japonaise qu'on découvre dans ce livre, c'est le rapport à l'écriture et ce qui la compose : le choix du papier, le choix de "l'instrument" (pinceau à calligraphie, stylo, crayon...) et le type de caractère choisi, kanji, hiragana ou katakana. On découvre tout un monde ! Apparemment une belle écriture est un must ! Le roman se termine avec une rencontre, après un "Hanami" (repas ou pause sous un cerisier en fleurs) très réjouissant. Il semblerait qu'il y ait une suite à ce roman.

Corinne BARD

ULR Grenoble - Agglo - Sud Isère

À VOS AGENDAS

- 31 mars : AG de l'ULR de Nord Isère
- 14 avril : AG de l'ULR du pays du Voironnais
- 18 mai : AG à mi-mandat de l'UTR à Grenoble
- 2 juin : AG de l'ULR de Roussillon
- 13 juin au 17 juin : **Congrès Confédéral de la CFDT à Lyon**
- 23 juin : Fête de l'ULR de Grenoble à Seyssinet

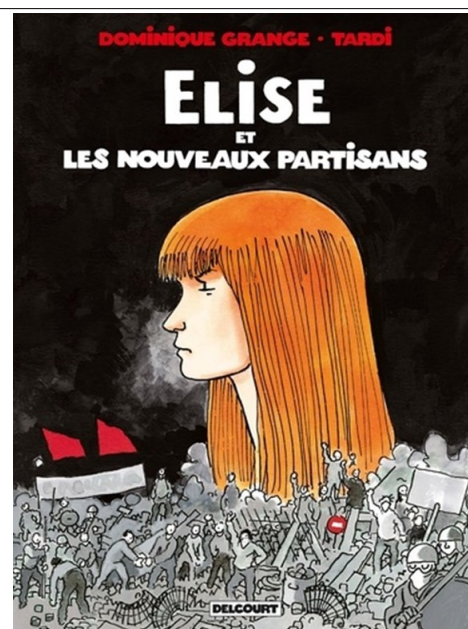
PREMIER FORUM DES SENIORS.

21 mai 2022, au Palais des Sports de Grenoble :

Organisé par le Conseil Départemental, la Mairie de Grenoble et le CCAS, pour une rencontre des personnes de plus de 50 ans.

Conférences, stands, ateliers, table ronde "**déménager ? moi jamais !**"

La journée sera animée par une troupe de théâtre.



De par leur âge, Dominique Grange (l'autrice - 82 ans) et Jacques Tardi (le dessinateur - 76 ans) pourraient être retraités et adhérents de l'UTR. Pour notre plaisir ils sont encore très actifs et livrent ce roman graphique de 170 pages qui nous entraîne de la guerre d'Algérie (manifestation pacifique du 17 octobre 1961 réprimée sauvagement par le préfet Papon, puis manifestation au métro Charonne) aux événements de mai 68 et à la naissance des partis d'extrême gauche d'inspiration maoïste. Cet ouvrage n'est pas une fiction car Élise, c'est dans la vraie vie Dominique GRANGE et son parcours atypique de chanteuse et militante politique. Ce témoignage vécu est superbement mis en image par Jacques TARDI un de nos plus talentueux dessinateur d'aujourd'hui. Les planches en noir et blanc ajoutent une réelle intensité dramatique au récit. Ce livre est publié aux éditions Delcourt.

Jean-Pierre THOMAS
ULR Nord-Isère