le LIEN de Landiras

LETTRE D'INFORMATION
ET DE NOUVELLES

OCTOBRE 2026



Sommaire

Vie municipale

Travaux à l'école p2
Avis aux jeunes diplômés p2
Les chiens à Landiras p3
Parking de l'école p3
Agence postale communale ... p3
Une centenaire à Landiras p4
Avis aux riverains élagage p4
CM du 15/06/2026 ..... p4
Forum des associations p5
Landiras en photos p6
« Le Bal en chœur » p6

Jeunesse

Escape game au périscolaire . p7

Cadre de vie

Restez informés à Landiras p8
Un médiateur à Landiras p8
France Services p9

Vie associative

AGRL p10
Le Rayon Vert p10
Jardins de Tomates p11
Les Arts Bleus p11
Vivre ensemble p12
ASL p12
Gym Land p13
Club de karaté p13

Divers

Les aides à domicile p14/16

Édito du maire

Chères Landiranaises, chers Landiranais,

La rentrée scolaire marque toujours un moment particulier. Après la parenthèse estivale, une nouvelle année commence, porteuse d'envies, de projets et parfois de quelques appréhensions.

Au-delà des emplois du temps et des fournitures scolaires, l'école reste avant tout un lieu où l'on apprend, où l'on grandit et où l'on construit son avenir.

Souhaitons à tous les élèves une année riche en apprentissages, en rencontres et en réussites, et à l'ensemble de la communauté éducative une rentrée sereine, dynamique et pleine d'enthousiasme.

La chaleur s'est installée, la sécheresse a gagné nos territoires durant l'été 2026, la menace des feux de forêt est devenue une réalité. Derrière les hectares de forêt brûlés, il y a bien plus que des chiffres. Ce sont des paysages, des écosystèmes, des activités économiques, des habitations qui ont été détruits.

Face aux flammes, ce sont aussi des femmes et des hommes qui se mobilisent sans relâche : pompiers, forces de l'ordre, militaires, sécurité civile, DFCI, élus, bénévoles et habitants.

Leur courage et leur engagement méritent notre profond respect.

Ces incendies doivent nous pousser à réfléchir collectivement à l'avenir de nos forêts, face aux épisodes de chaleur et de sécheresse qui deviennent plus fréquents.

Protéger nos forêts, c'est protéger notre environnement, notre économie, nos paysages et surtout nos vies.

Très belle rentrée à toutes et à tous.

La vie continue.

Le Maire,
Jean-Philippe Dulou

Le petit pont de la Mouliasse fait peau neuve

La mairie a entrepris de rénover le petit pont sur la Mouliasse, au niveau des terrains communaux de la colonie. Ce pont, construit il y a quelques années, fait partie de notre histoire, mais aussi de notre paysage. Il a traversé les générations, les saisons et les transformations de notre territoire.



Au fil du temps, les pierres se sont fragilisées, certaines parties se sont dégradées et la végétation a progressivement pris place dans les maçonneries. Pour rénover l'ensemble de cet édifice, nous avons fait appel à la société Dimitri et Éric Lapeyre pour son savoir-faire et la qualité de son travail.

Il était primordial de préserver son caractère historique et son authenticité, en privilégiant des matériaux et des techniques adaptés à sa construction d'origine. Ainsi, chaque pierre conservée et chaque élément restauré ont permis de maintenir le témoignage de cette époque.

Cette rénovation représente un véritable engagement envers notre patrimoine. Nous ne restaurons pas seulement un pont pour aujourd'hui, mais nous le faisons pour que les générations futures puissent encore le découvrir, l'emprunter et comprendre l'histoire de notre territoire.

Préserver ce petit pont, c'est préserver une partie de notre mémoire collective.

Jean-Philippe Dulou

Retrouvez tout le programme des manifestations sur votre

Carte Agenda



L'école se pare de nouvelles couleurs

Des surprises colorées attendaient vos enfants dans les deux cours de récréation, et même dans les sanitaires. En effet, l'équipe d'animation du périscolaire, riche d'idées, a proposé plusieurs projets pour l'année à venir : celui de repeindre les cours, les bancs, les contremarches... Ce premier projet a pu être mené rapidement grâce à l'équipe des services techniques de la commune. Mais cela ne s'arrêtera pas là, car les idées fusent dans l'équipe d'animation du périscolaire pour embellir les extérieurs de l'école ; nous leur laissons le temps de peaufiner ces projets avec notre soutien.

Et ce n'est pas tout, d'autres projets verront le jour en cours d'année, mais laissons planer un peu de suspense !

Les descentes de gouttières ont été parées d'un coffrage en bois afin que les colliers de serrage ne soient plus dangereux pour les enfants. En plus de poser ces caissons, nos services techniques se sont assurés de poncer les angles afin de les arrondir pour qu'ils ne soient plus saillants. Un travail de peinture sera effectué lors des prochaines vacances scolaires.

Quelques informations :

Pendant le mois d'août, nous avons fait appel à une entreprise afin de poser un film sur les fenêtres du restaurant scolaire ; suivront, dans les prochains mois, les classes donnant sur la cour des élémentaires, ainsi que le dortoir et la classe des petites sections. Nous sommes également dans l'attente des résultats d'une étude thermique des classes afin d'étudier les meilleures solutions pour rafraîchir l'ensemble des salles, ainsi que le restaurant scolaire, durant les périodes de fortes chaleurs, tout en améliorant la qualité de l'air des bâtiments. Cela nous permettra d'ajuster les conditions de chauffage pendant les périodes de froid.

Le conseil municipal continue à financer l'achat des fournitures scolaires pour les enfants de la commune. Cette participation existe depuis de nombreuses années ; c'est une aide précieuse pour les familles. Il se peut qu'en cours d'année les parents soient sollicités pour acheter des fournitures manquantes ou pour en remplacer certaines : cela reste rare et très ponctuel.

Nous continuons de servir un goûter le matin, de 7 h 30 à 8 h, pour que les enfants qui se lèvent tôt puissent compléter leur petit-déjeuner et tenir jusqu'au repas de midi.

Les activités périscolaires sont, par ailleurs, maintenues ; plusieurs choix seront proposés à vos enfants à partir du CP, grâce à une équipe d'animatrices et d'animateurs dynamiques, avec toujours autant d'idées et de ressources. Cette année encore, nous maintenons les sorties à la piscine et au centre équestre.

Un grand merci à tout notre personnel communal qui œuvre tout au long de l'année pour le bien-être des enfants à travers les animations, le ménage, l'entretien au quotidien et le suivi administratif.

Séverine Izard, Cécile Vega





AVIS aux jeunes diplômés 2026

Faites-vous connaître auprès de la mairie dès que possible (inscription obligatoire jusqu'au samedi 31 octobre 2026) pour que nous puissions vous remettre votre récompense lors de la cérémonie du 11 novembre 2026 (votre présence ou celle d'un membre de votre famille est indispensable).

À Landiras, on aime les chiens… et la propreté !



Que ce soit en balade dans les chemins, en promenade au centre-bourg ou devant les commerces, un petit geste s'impose : les déjections canines, on les ramasse ! Ce n'est pas seulement une question de bon voisinage, c'est aussi une obligation légale.

Pourquoi ?

Parce que personne n'a envie de :

– **Marcher dedans** en faisant ses courses ou en allant chercher son pain.

– **Nettoyer les chaussures** des enfants après une balade.

– **Voir salir** nos espaces partagés, que ce soit en campagne ou en ville.

Que dit la loi ?

L'article R. 632-1 du Code pénal, ainsi que les arrêtés municipaux, imposent aux propriétaires de chiens de **ramasser immédiatement les déjections de leur animal.** Ne pas le faire expose à une amende de 1ère classe.

Comment faire ?

Rien de plus simple :

– **Un sac dans la poche** : un vieux sac plastique, un sac biodégradable ou même un sac de courses réutilisé.

– **Un geste rapide** : ramassez, fermez le sac et jetez-le dans une poubelle publique (ou chez vous).

– **Pas de sac ?** Une petite pelle et un seau font l'affaire à la maison. Un morceau de papier journal peut aussi dépanner.

Ensemble, gardons Landiras propre et agréable

Que vous soyez en balade avec Médor ou en train de faire vos courses avec Rex, **un sac, un geste, et c'est propre !** Merci à tous pour votre collaboration.

Une commune propre, c'est l'affaire de tous !

Nicolas Mercier

Parking de l'école

Circulez bien, stationnez malin !

Le parking de l'école est un lieu très fréquenté. Pour que tout se passe bien, voici les règles à suivre :

Sens de circulation obligatoire

▶ **Flèches blanches au sol** et panneaux indiquent le sens à suivre.

▶ **Un cédez-le-passage** en face de l'entrée **oblige à tourner à droite** en rentrant.

Pourquoi ? Pour fluidifier la circulation et **protéger les piétons et les enfants.**

À éviter :

▶ **Stationner dans l'herbe** : c'est interdit et ça abîme les espaces verts.

▶ **Stationner sur l'espace réservé** : même si ce n'est pas interdit, **il y a assez de places sur le parking.** Laissez cet espace libre pour les **livraisons (cantine), services techniques et piétons.**

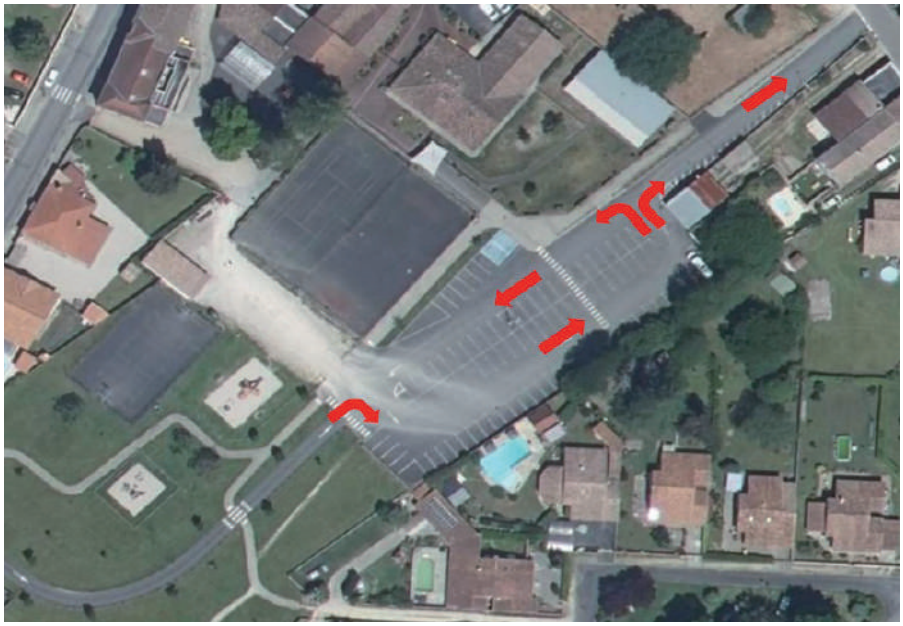
Conseils :

▶ **Arrivez à l'heure** pour éviter d'être pressé, de rouler trop vite ou de vous garer n'importe où.

▶ **Respectez le sens unique** et les limitations de vitesse (20 km/h).

Merci à tous pour votre vigilance !
Ensemble, gardons ce lieu sûr et agréable pour tous, et notamment pour nos enfants.

Nicolas Mercier



L'Agence postale communale adapte ses horaires

Vous avez remarqué ces récents changements ?

En effet, depuis le 1er septembre, l'Agence postale communale fonctionne selon de nouveaux horaires : un réaménagement qui vise à simplifier l'accès aux services postaux tout en optimisant les plages d'ouverture.

Depuis, l'agence est ouverte **du mardi au samedi inclus, de 9 h à 12 h**, sans interruption (fermée les lundis et dimanches).

Ce créneau matinal unique permet de bénéficier d'une continuité de service sur cinq matinées consécutives.

L'équipe de l'Agence postale reste à votre disposition pour tout renseignement complémentaire.

Florence Bolmont



Une nouvelle centenaire à Landiras

Paulette Labuzan a fêté ses 100 ans au mois de juin

Née le 23 juin 1926 à Saint-Morillon, Paulette Ducourneau épousa Robert Labuzan le 20 octobre 1948. De leur union naquirent quatre enfants. Fille de paysan, elle s'adapta facilement à sa nouvelle vie et ne chôma pas, cultivant des légumes qu'ils allaient vendre au marché de La Teste, s'occupant de vaches laitières et travaillant la vigne. À la mort de Robert, en 1981, elle se consacra uniquement à la vigne et partit très souvent vendre son vin sur les salons en France, en Belgique, au Luxembourg, mais aussi aux États-Unis et au Japon jusqu'à ses 80 ans ! Paulette travaillait avec passion et dévouement, dans l'esprit de la tradition et du respect de la nature, pratiquant ainsi l'agriculture biologique. Elle prit sa retraite bien méritée à 83 ans en confiant à son fils Pierre et son épouse Béatrice le domaine viticole « château de Monbazan », situé à Landiras. Tous deux poursuivent encore le travail de Paulette dans le même esprit. Paulette est aujourd'hui très entourée par ses 13 petits-enfants et 16 arrière-petits-enfants. Elle a rejoint la maison de retraite d'Illats.



La commune de Landiras représentée par Monsieur le Maire Jean-Philippe Dulou et son adjointe aux affaires sociales et à la Solidarité, Madame Carine Delabarre-Lecoq s'est jointe à la famille de Paulette ce 23 juin 2026 pour célébrer cet heureux anniversaire. Les bulles du Domaine, servies par Pierre en cette belle journée de juin, ont pétillé, tout comme les yeux de Paulette pétillent encore lorsqu'elle est entourée de ses proches.

Joyeux anniversaire Paulette !

Cette nouvelle centenaire nous rappelle qu'il fait bon vivre à Landiras !

Béatrice Labuzan
et Carine Delabarre-Lecoq

Avis aux riverains

Il a été constaté que des branches issues de plantations privées dépassent sur le domaine public.

Cette situation gêne la circulation des piétons et masque la visibilité. Nous vous rappelons que, conformément à l'article L. 2212-2-2 du Code général des collectivités territoriales, il incombe aux propriétaires riverains d'élaguer les arbres, arbustes et haies qui avancent sur les voies publiques, afin de garantir la sécurité et la commodité du passage.

Par conséquent, nous vous demandons de bien vouloir procéder, ou faire procéder, aux travaux d'élagage nécessaires.

Nous vous remercions par avance de votre civisme et de votre contribution à la sécurité de tous les usagers de notre commune.



Quelques décisions du conseil municipal du 15 juin 2026

Résumé des décisions par Cécile Vega

Les conseils municipaux sont ouverts au public.

◆ Désignation des contribuables proposés pour la commission communale des impôts directs

La durée du mandat des membres de la commission communale des impôts directs étant identique à celle du mandat du Conseil municipal, la direction des services fiscaux de la Gironde sollicite une liste de 16 noms de commissaires titulaires et de 16 noms de commissaires suppléants afin qu'elle puisse désigner parmi eux les titulaires et les suppléants habilités à siéger dans cette commission.
Liste proposée :
Membres titulaires : Cécile Véga, Jacques Clerc, David Neveu, Séverine Izard, Vincent Dubourg, Véronique Vollaire, Jean-Luc Lacaze-Labarrere, Valérie Meneret, Line Baraduc, Bruno Trenit, Aline Boyreau, François Ricaud, Micheline Marquette, Thierry Carreyre, Pierre Labuzan, Roland Robin.
Membres suppléants : Florence Bolmont, Nicolas Mercier, Carine Delabarre-Lecoq, Delphine Fauvel, Aurore Galmont, Laurent André, Brigitte Thomas-Amodeo, Denis Courcol, Catherine de Chenerilles, Jérémy Vallentin, Julien Giroire, Morgane Dejean, Odette Ritouet, Christian de Michelet, Jacques Cellie, Estelle Fuche.

◆ Acquisition des parcelles cadastrées H 2129 et H 2215

Le conseil municipal décide d'acquérir les parcelles H 2129 et H 2215 (au Bourg), d'une superficie totale de 204 m², propriété de l'indivision Desclaux, moyennant la somme de 20 000 € et ainsi charge l'office notarial SELARL LALANNE PERROMAT de mener à bien cette opération.

Le Forum des associations & La Fête du sport 2026

Une journée où rimaient découverte et dynamisme landiranais !

Samedi 5 septembre, la salle polyvalente et sa pinède ont vibré au rythme de la nouvelle édition du Forum des associations & de la Fête du sport : un événement placé sous le signe de la convivialité et des échanges, pensé comme un véritable tremplin pour accroître le dynamisme de la vie associative de Landiras.

Cette année, le format a été entièrement repensé par la commission en charge de la vie associative.

L'objectif était clair…

Offrir une vitrine inédite aux associations landiranaises pour leur donner une bien meilleure visibilité, sur une durée plus importante (4 h 30) afin de permettre aux futurs adhérents de venir prendre des renseignements ou s'inscrire aux activités.

Le pari est réussi !

Dès 14 h 30, le public a pu assister à un programme riche et varié : démonstrations canines, initiations au skate, au self-défense, sans oublier la gym rythmique, les danses country et de salon, le karaté, l'atelier de composition florale, divers jeux proposés par certaines d'entre elles et même une représentation de l'école de musique.

Toutes les associations ont adhéré avec plaisir à ce format dynamique, appréciant cet après-midi dédié à la présentation de leurs activités.

De la buvette au concert de clôture…

Pour agrémenter cette journée empreinte de partage, une buvette a été tenue par une des associations tout au long de l'après-midi, puis la fête s'est prolongée en soirée avec un repas convivial préparé par une autre, suivi du concert rock offert par le CALL.

Un moment musical très apprécié par tous : danseurs et convives réunis entre le préau de la salle polyvalente et la pinède, tout en savourant une cuisine au brasero (avec la présence de la DFCI pour veiller à la sécurité de tous), le tout avec l'agréable douceur de la tombée de la nuit.

Un grand merci à tous les participants, bénévoles et associations pour leur engagement, qui a contribué à faire de cette journée une vraie réussite, renforçant ainsi le lien social et la vitalité de notre commune.

Les membres de la commission
Vie associative de Landiras



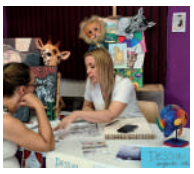
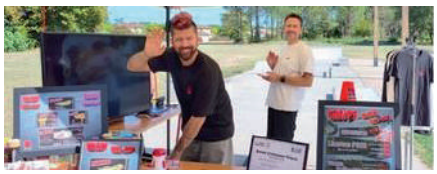


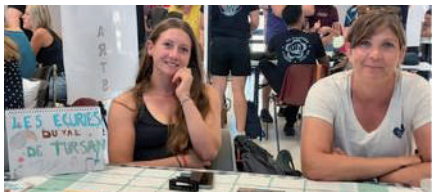
















Racontez votre Landiras en photos !



L'été caniculaire est passé, emportant avec lui ces longues heures écrasées de soleil et de torpeur. Le concours photo continue, lui.

Faites découvrir vos impressions, vos lieux insolites, vos coins à champignons secrets (et qui le resteront).

Vous pouvez envoyer jusqu'à trois photos en format numérique, accompagnées d'un titre, avant le 31 mars 2027 à l'adresse suivante : communication@landiras.fr

Vous devez avoir l'accord des personnes qui peuvent être reconnues sur les photos.

Elles doivent avoir été prises sur le territoire de la commune, sans utilisation d'une IA.

Elles ne doivent pas porter atteinte aux personnes, aux bonnes mœurs ou constituer une incitation à la discrimination.

Un jury choisira ses 50 photos préférées, qui seront exposées de mai à septembre 2027, accompagnées des prénoms des autrices et auteurs.

Trois d'entre elles seront primées au cours du vernissage de l'exposition, le 8 mai 2027.

Laurent André

« Le Bal en chœur »

Dimanche 22 novembre à 16 h à la salle polyvalente de Landiras

De quoi s'agit-il ?

C'est un bal animé par deux chorales, soit 70 choristes environ : *la Chorale des 2 rives* (Cérons) et *Les Choraleurs* (Quinsac).



Ils se relaient ou chantent tous ensemble, pour interpréter un répertoire de chansons à danser dans une ambiance sympathique et ouverte à tous, petits et grands.

Ce bal des chœurs, populaire, est accompagné par cinq musiciens expérimentés et dirigé par une cheffe de chœur dynamique, Nathalie Aubin.

L'esprit est joyeux !

Il s'agit de partager un temps heureux, rencontrer des gens, découvrir un répertoire pour les uns, retrouver de vieux succès pour les autres et donner envie de se retrouver pour recommencer.

Le répertoire d'une vingtaine de chansons se balade entre la musique traditionnelle, scottish, rondeau, cercle circassien et bal musette, valse, java, cha-cha, avec des incursions latines : mambo, rumba, rocks et madison. Les rythmes sont variés et invitent chacun à danser.

Laissez-vous tenter par ce bal particulier !

Entrée : Adultes : 10 € - 12 à 18 ans : 6 €. Gratuit pour les moins de 6 ans.

Une part de gâteau et une boisson offerte pour chaque entrée.

Renseignements et inscriptions auprès de Brigitte Thomas-Amoedo : 06 43 98 03 55

Brigitte Thomas-Amoedo



Escape game au périscolaire

Derrière l'effervescence des derniers jours d'école se cachait l'aboutissement d'une aventure extraordinaire, imaginée et orchestrée par Léa et Solène.





Un mystère qui a duré six mois

Tout a commencé en janvier dernier. Les enfants de l'école élémentaire de Landiras ont reçu un mystérieux message d'un elfe nommé Erell, venu tout droit du monde d'Éléansole.

Sa mission était claire : retrouver les deux descendantes de ce royaume magique – Léa et Solène – afin de les aider à rouvrir les portes d'Éléansole et à y faire revenir la magie.

Au fil des mois, le mystère s'est épaissi. Certains enfants ont même eu la surprise de découvrir de précieuses feuilles d'or, véritables invitations secrètes leur annonçant qu'ils avaient été choisis pour participer aux grandes épreuves de fin d'année.

Une semaine d'aventures et de défis

À la mi-juin, l'heure du grand dénouement a enfin sonné. Chaque soir de la semaine, un groupe d'enfants s'est lancé dans une aventure pleine de surprises.

Au programme :

- Des énigmes à résoudre en équipe ;
- Des indices cachés à retrouver ;
- Des boîtes mystères aux textures surprenantes qu'il fallait oser explorer ;
- Des parcours immersifs dans l'obscurité totale.

Rien ne leur a été épargné ! Avec beaucoup de courage, de réflexion et d'entraide, les jeunes aventuriers ont relevé chaque défi avec brio.

Mission accomplie : la magie est de retour !

Réunis autour des deux descendantes d'Éléansole, les enfants ont participé à la préparation d'une mystérieuse potion magique.

Après avoir récité ensemble la formule sacrée, un événement extraordinaire s'est produit : la clé du monde d'Éléansole est apparue. Les portes du royaume ont pu être rouvertes et la magie a enfin retrouvé sa place.

Bien plus qu'un simple jeu

Au-delà des rires, des frissons et des moments de surprise, cet escape game grandeur nature portait de véritables objectifs éducatifs.

Pendant six mois, les enfants ont développé leur imagination, mais aussi appris à coopérer, à s'écouter et à s'entraider pour surmonter les obstacles. Cette aventure a renforcé la cohésion du groupe et permis à chacun de révéler ses talents : sens de l'observation, logique, créativité ou encore courage.

Des souvenirs plein les yeux

Aujourd'hui encore, l'enthousiasme des enfants témoigne du succès de cette belle aventure.

Un immense bravo à tous les participants pour leur implication, leur bonne humeur et leur esprit d'équipe, qui ont permis à ce projet magique de prendre vie.

Léa et Solène





Restez informés à Landiras

Tous les canaux à votre disposition !

Vous voulez ne rien rater de l'actualité de votre commune ?

La mairie de Landiras met à votre disposition plusieurs moyens simples et complémentaires :

– **Le journal municipal « Le lien de Landiras » et la Carte agenda** : des publications trimestrielles papier distribuées dans vos boîtes aux lettres.

Pratiques, ils reprennent toutes les actus de la commune et sont conçus pour être affichés bien en vue (sur le frigo ou ailleurs !).

– **Le site internet de la mairie** : retrouvez en version numérique les deux documents papier, ainsi que toutes les informations et renseignements pratiques, actualisés en continu.

– **L'application INTRAMUROS** : téléchargez-la pour recevoir des notifications sur votre téléphone.

Tous les événements et infos urgentes arrivent directement sur votre mobile, sans avoir à chercher !

– **Facebook** : la mairie est également présente sur les réseaux sociaux pour diffuser l'information au plus près de vos habitudes.

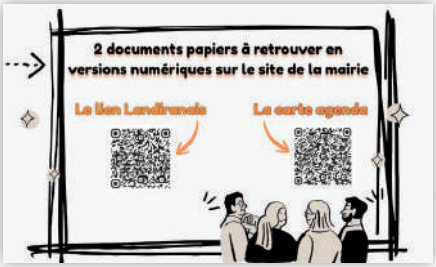
– **Les panneaux d'affichage** : dans chaque quartier, des panneaux en bois vous informent des actualités locales. Vous passez forcément devant l'un d'eux !

À vous de choisir la ou les solutions qui vous conviennent le mieux : l'essentiel est que vous soyez bien informé !

Florence Bolmont



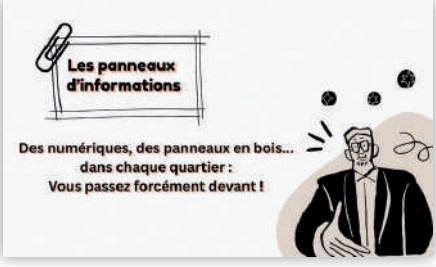
















Un médiateur à votre écoute

Le conciliateur de justice à Landiras

Vous avez un différend avec votre voisin ?

Un litige avec un commerçant ou un problème de logement ?

Sachez qu'il existe une solution simple, gratuite et efficace avant d'envisager un procès : le conciliateur de justice.

Quel est son rôle ?

Le conciliateur de justice est un auxiliaire de justice bénévole, nommé par la cour d'appel. Son rôle est d'agir en tant que tiers neutre et impartial.

Sa mission principale est d'écouter les arguments de chaque partie, de favoriser le dialogue et de rechercher un terrain d'entente.

Il peut proposer des solutions pour régler le litige, mais les parties restent libres de les accepter ou de les refuser.

Ses compétences

Il intervient dans les domaines où les personnes ont la liberté de décider, comme les problèmes de voisinage (bornage, droit de passage), les différends entre propriétaires et locataires, les litiges de la consommation ou les impayés.

Il ne donne pas de conseils juridiques et n'intervient pas en matière de droit de la famille ou de conflits avec l'administration.

Permanence à Landiras

Pour bénéficier de ce service de proximité, une permanence est assurée à Landiras.

Date : le 1er mardi de chaque mois
Lieu : Mairie de Landiras
Modalités : Uniquement sur rendez-vous
Pour prendre rendez-vous, contactez le secrétariat de mairie.

Florence Bolmont

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter la page officielle du service public : https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F1736.

Reprise des permanences France Services à Landiras

Un accompagnement gratuit pour vos démarches administratives

Le lundi matin, de 9 h à 12 h, la commune de Landiras accueille à nouveau les permanences France Services : un service de proximité essentiel pour faciliter vos démarches administratives, désormais accessible sans rendez-vous.

France Services incarne la volonté de l'État de rapprocher les services publics des citoyens, partout sur le territoire. Avec plus de 2 800 maisons labellisées en France, ce réseau garantit à chaque habitant, qu'il vive en zone urbaine ou rurale, un accès à un accompagnement administratif de qualité à moins de 20 minutes de chez lui. À Landiras, cette promesse se concrétise avec la reprise des permanences, offrant un véritable guichet unique de proximité.

Un accompagnement sur les 12 grands partenaires nationaux

Au sein des maisons France Services, les conseillers sont formés pour vous assister dans l'ensemble de vos démarches quotidiennes, en lien avec les 12 partenaires nationaux du réseau : Allocations familiales, Assurance retraite, Assurance Maladie, Chèque énergie, Finances publiques, France Titres, France Travail, France Rénov', La Poste, Urssaf, MSA et point-justice. Les conseillers peuvent :

– Vous accompagner dans les principales démarches administratives quotidiennes, répondre à vos questions et vous aider dans les démarches en ligne.

– Résoudre des situations plus complexes en s'appuyant sur un correspondant au sein des réseaux partenaires.

– Mettre à disposition et accompagner l'utilisation d'outils informatiques (création d'une adresse email, impression ou scan de pièces nécessaires à la constitution de dossiers administratifs).

Exemples concrets de démarches réalisables

Les conseillers France Services vous accompagnent sur un large panel de démarches :

▶ Impôts et finances : Réaliser sa déclaration de revenus, signaler un changement de situation, éditer un avis d'imposition.

▶ Papiers d'identité et titres : Réaliser une pré-demande de CNI ou de passeport, demander une carte grise ou un permis de conduire.

▶ Santé et retraite : Activer son compte Ameli, demander la Complémentaire santé solidaire, faire une demande de retraite ou de réversion.

▶ Famille et solidarité : Effectuer une demande de RSA, de Prime d'activité ou d'aide au logement (APL), déclarer une grossesse ou une naissance.

▶ Emploi et logement : S'inscrire à France Travail, actualiser sa situation, ou être accompagné pour une demande d'aide à la rénovation énergétique (MaPrimeRénov').

Permanences à Landiras et rendez-vous à Barsac

Pour répondre au mieux aux besoins des habitants, deux modalités d'accueil sont proposées :

– En accès libre, sans rendez-vous : les lundis matin, de 9 h à 12 h, à Landiras. Une permanence reprend pour un accompagnement de proximité.

– Sur rendez-vous : pour les autres créneaux ou un besoin spécifique, il est possible de prendre rendez-vous à la maison France Services de Barsac. Pour cela, contactez le **05 57 31 15 28**.

Horaires de la maison France Services de Barsac :

– Lundi : Fermé

– Mardi : 9 h - 12 h 30 / 14 h - 16 h 30

– Mercredi : 9 h - 12 h

– Jeudi : 9 h - 12 h 30 / 14 h - 16 h 30

– Vendredi : 9 h - 12 h 30 / 14 h - 16 h 30

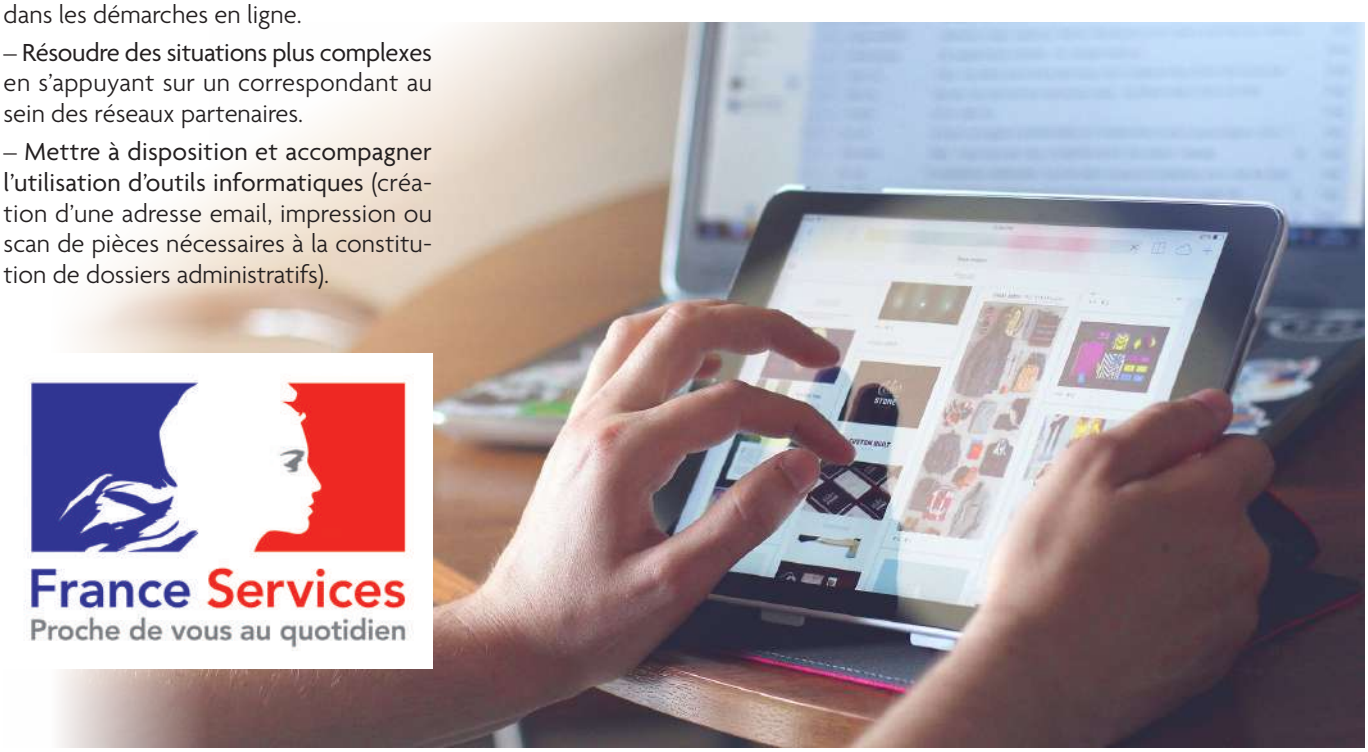
– Samedi : 9 h - 12 h

Adresse de la maison France Services de Barsac :

1, avenue Aristide Briand, 33720 Barsac.

N'hésitez plus à pousser la porte de ces espaces d'accueil où des conseillers formés sont à votre écoute : **la gratuité et la proximité sont les maîtres mots de ce service public** qui facilite le quotidien de tous. Que ce soit à Landiras le lundi matin ou sur rendez-vous à Barsac, un accompagnement humain et personnalisé vous attend pour toutes vos démarches administratives.

Florence Bolmont



AGRL



L'été terminé, retour aux activités sportives pour nos gymnastes !

Un stage de cohésion de trois jours, à Noaillan, a rassemblé, fin août, des gymnastes du secteur compétition et du secteur loisir ; gymnastique, danse, cardio, renforcement musculaire, jeux, baignades et soirées festives ont permis de créer de jolis souvenirs.

Dès le 31 août, les cours de gymnastique rythmique ont repris à la salle polyvalente, avec Tiphaine, notre entraîneur technique, et une équipe de bénévoles qui vont l'accompagner toute l'année pour encadrer les enfants et les aider à progresser.

Le club propose des cours pour des "mini baby" (de 15 mois à 2 ans), des "baby gym" (à partir de 3 ans), un secteur loisir dès la fin de maternelle au lycée et un secteur compétition dont les gymnastes sont engagés pour participer aux compétitions de la FFG.

Notre participation au forum des associations nous a permis de clôturer les inscriptions, les nouveaux licenciés du club vont pouvoir s'exercer aux engins de la GR : ballons, cordes, massues, cerceaux et rubans.

Les membres du bureau, après un repos estival mérité, ont également repris fin août avec un premier loto, la préparation des inscriptions et du programme ludique et sportif du club.

Retrouvez-nous, à la salle polyvalente, du lundi au jeudi pour de plus amples informations ou par mail : associationgrlandiras@gmail.com.

Belle saison sportive.

Angélique Demarty, présidente

Renseignements : associationgrlandiras@gmail.com - @associationGymnastique - RythmiqueLandiras

Nouvelles du Rayon Vert

La rentrée du *Rayon Vert* et de ses adhérents s'est bien passée après un été accablant et la réduction des sorties.

Les étirements et la gymnastique ont leur public qui ne fléchit pas. La première séance de l'atelier équilibre a eu un beau succès avec 29 participantes, nous attendons quelques messieurs qui pourraient se joindre à nous. Nous avons fait l'acquisition de nouveaux matériels qui seront disponibles pour les prochaines séances : plots, cônes, jalons, lanières de marquage et bien d'autres. Avec tous ces accessoires il n'y a pas de doute quant au succès de ces séances.

La marche continue avec toujours les mêmes amoureux de la nature et de la performance. L'horaire passe à l'après-midi à partir de début octobre.

Mais il n'y a pas que les activités physiques. Il faut également entretenir nos neurones, notre mémoire et l'agilité cérébrale. Et pour cela quoi de mieux qu'une après-midi de jeux de société. Belote, tarot, scrabble, triomino, rummikub et bien d'autres, il y en a pour tous les goûts ! L'entraînement aux jeux nous permet de faire travailler nos cellules grises mais pas seulement. Il nous permet également de passer un bon moment ensemble, d'échanger des nouvelles et de bavarder agréablement. Pendant l'été les jeux ont eu lieu sans discontinuer et les jours de grande chaleur, les joueurs se sont repliés dans une salle rafraîchie. Les boissons fraîches sont à disposition. Et l'année prochaine, nous améliorerons le dispositif pour que l'accueil soit encore meilleur. Alors à tous les joueurs, n'oubliez pas le jeudi après-midi dans la salle du *Rayon Vert* !

Sylvianne Fauthous

INFO DE DERNIÈRE MINUTE du Rayon Vert

Une journée à Lourdes est organisée le vendredi 16 octobre. Départ en bus à 6 heures devant la Mairie de Landiras, retour prévu vers 20 h 30.

Journée libre et déjeuner au restaurant ensemble à Lourdes. Chacun pourra choisir son activité à son rythme : visite de la ville, visite des lieux de pèlerinage, offices ou autres. Journée ouverte à tous (adhérents ou non) sous le signe de la découverte, de la convivialité et de la sérénité. Venez en famille ou entre amis ;

Renseignements auprès de Caroline Terrien au 06 78 64 82 98 ou de Sylvianne Fauthous au 07 87 96 38 20 ou contact@rayonvertlandiranais.fr

À bientôt pour cette journée prometteuse !

Jardins de Tomates

À nos 20 ans !

contact@jardinsdetomates.fr - 06 19 14 61 14

Voilà maintenant 20 ans que Jardins de Tomates et son équipe de bénévoles œuvrent pour la promotion de la biodiversité de la tomate et pour un jardinage éco-responsable économisant au mieux nos ressources naturelles.

Un petit arrêt sur image afin de rappeler brièvement nos actions depuis toutes ces années.

Nous n'entrerons pas dans le détail, ce serait trop long, juste une petite liste qui permettra de mieux connaître notre association :

– Conférences-débats autour de la tomate et du jardinage auprès de diverses associations, organismes, châteaux viticoles, restaurants, municipalités.

– Ateliers de sensibilisation au jardinage éco-responsable auprès d'enfants et de diverses associations de jardins ouvriers ou partagés

– Animations sur les vertus de la tomate auprès de groupes de personnes âgées

– Encadrement de rempotages de plants auprès de personnes handicapées

– Aide à la création de jardins partagés ou ouvriers, particulièrement un jardin auprès d'un couvent de religieuses

– Participation active à l'Office de Tourisme « Destination Garonne » en tant que membre du conseil d'administration

– Rencontres avec des chefs d'entreprises dans un cadre associatif

– Déplacement afin d'assurer la promotion de notre association en Aveyron, Savoie, Vienne et même en Belgique

– Participation à la « Rando des Paloumayres » organisée à plusieurs reprises par l'Office du Tourisme

– Et bien sûr toutes nos expositions avec dégustations à Langon « Paille et Ripaille », Marmande, Sauternes, Blaye, Bordeaux, Croignon, etc.

Bien entendu nous allons continuer et même si possible amplifier ces actions, à condition toutefois que nos moyens humains nous le permettent.

Même s'ils ont toujours le désir de faire avancer notre association, nos bénévoles vieillissent et nous ne cacherons pas avoir besoin de « sang neuf », des jardiniers certes mais aussi des personnes capables de donner un peu de temps pour la gestion de l'association avec des connaissances informatiques. Point n'est besoin de force physique ni de connaissances jardinières, vous aimez les tomates et notre association, vous avez quelques talents pouvant nous aider à gérer l'asso, alors nous vous attendons.

Soulignons qu'au cours de toutes ces années notre préoccupation majeure a été et est toujours d'assurer le rayonnement de notre commune, que ce soit au cours des nombreux reportages télévisés auxquels nous avons participé et des émissions de radio régulières sur Ici Gironde, où chaque fois Landiras a été citée.

Le public landiranais y a d'ailleurs été sensible car nous comptons de plus en plus d'adhérents de notre commune, notre souhait serait que certains deviennent des bénévoles, naturellement.

La municipalité, bien consciente de la promotion faite par notre association, nous accorde son soutien, c'est important pour nous et nous l'en remercions.

L'aventure va se poursuivre au fil de l'automne et des mois suivants par les installations et la valorisation de notre nouveau terrain de Matriques afin d'être pleinement opérationnels pour la saison 2027.

Vous pouvez toujours nous suivre sur notre site internet et notre page Facebook.

À bientôt !

L'équipe de Jardins de Tomates



Les Arts Bleus



Une nouvelle année avec de nouveaux professeurs et de nouvelles activités.

Oui, il y a de la nouveauté : de la clarinette pour tous, ainsi que de la chorale, du dessin et du théâtre pour adultes. N'oublions pas toutes les activités déjà existantes.

Il est encore possible de profiter de cette aubaine artistique à Landiras avec *Les Arts Bleus*.

Renseignements sur : lesartsbleuslandiras@gmail.com

Angélique Labarrière

Vivre Ensemble

VIVRE ENSEMBLE

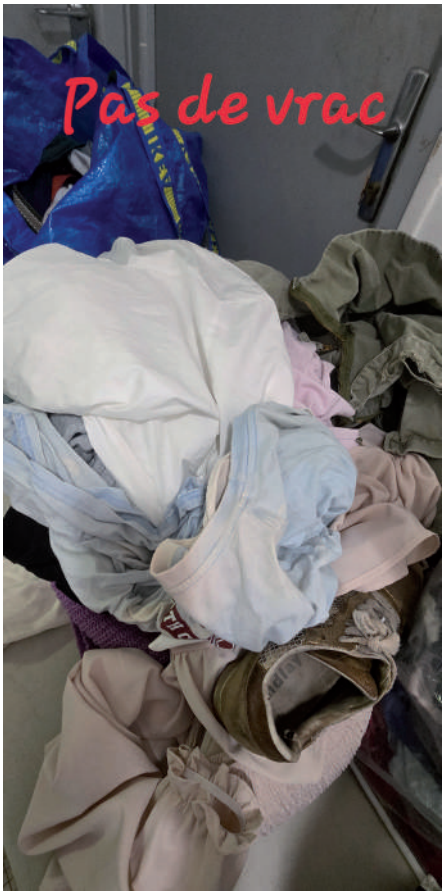
Depuis plus de 20 ans, l'équipe de "Vivre Ensemble" est heureuse de vous accueillir dans sa boutique de vêtements d'occasion. Pour rappel, nous fonctionnons grâce aux dons déposés dans notre container, ou directement en boutique. Notre équipe de bénévoles trie les dons, met en vente tout ce qui peut avoir une seconde vie, et recycle ce qui est trop abîmé.

Depuis plusieurs mois, le secteur du recyclage connaît une crise sans précédent, et nous ne sommes malheureusement pas épargnés. Nous devons évacuer nous-mêmes tout le linge à recycler, soit des centaines de sacs-poubelle de 30 litres par mois. Cela représente une manutention impressionnante et des allers-retours sans fin vers les différents containers relais de la région. À cela s'ajoute que parmi les dons, nous retrouvons de plus en plus de détritus.

Le découragement se fait sentir au sein de l'équipe. Malgré cela, nous tenons à continuer cette belle aventure qui permet de participer au Noël du CCAS, faire des dons aux "Restos du Cœur", participer à divers achats pour l'école de Landiras, ou des cadeaux de fin d'année pour nos aînés, entre autres.

Tout cela est possible grâce à nos clientes et clients. Nous tenons à les remercier pour leur fidélité et leur gentillesse. Afin de nous permettre de poursuivre dans de bonnes conditions, merci de respecter quelques règles simples lorsque vous déposez vos dons dans le container :





- vêtements propres et en bon état dans des sacs fermés, pas de vrac
- pas de reste alimentaire, le composteur se trouve à côté du container
- pas de poubelle
- pas de bouteille en verre ni en plastique, le collecteur de verre se trouve également à côté du container

En respectant ces 4 points, vous permettrez à nos bénévoles de travailler sereinement. "Vivre Ensemble" c'est une démarche qui repose sur des valeurs partagées. Faisons en sorte de faire vivre cette belle idée encore longtemps. Merci par avance pour vos dons, votre compréhension et votre fidélité.

Sabine Maindron

ASL

Ça y est, c'est la rentrée ! Et avec elle, les bonnes résolutions : cette année, je fais du sport !!! Et ça tombe bien, du sport, l'A.S.L. (Association Sportive Landiranaise) vous en propose !

Avec nous, vous pouvez pratiquer de la self-défense, du boxing contact et/ou du yoga. Que vous cherchiez à vous défouler, à renforcer votre confiance en vous ou à cultiver votre sérénité, il y en a pour tous les goûts.

Et cette année, il y a du nouveau : une section de kid boxing vient compléter notre offre pour les 7-14 ans, aux côtés de la section enfants/ados de la self-défense.

Notre rentrée sportive a déjà eu lieu, mais il n'est jamais trop tard pour nous rejoindre ! Venez tester le sport qui vous plaît, vous serez les bienvenu.e.s. Nos professeur.e.s – Brice, Stéphane et Hélène – ainsi que les adhérent.e.s, vous accueilleront avec leur bonne humeur ! Tous nos cours sont mixtes.

Pour plus de renseignements : consultez notre flyer sur le site de la Mairie ou contactez-nous directement à l'adresse asl.landiras@gmail.com.

L'équipe de l'A.S.L.



Gym Land

Ça y est, on s'y est remis, il n'est pas trop tard pour venir essayer : SI SI !
Ouvert aux hommes comme aux femmes à partir de 16 ans.
trois séances par semaine avec trois coachs compétents pour 110 € à l'année. C'est avec GYMLAND
Renseignements sur info.gymland@gmail.com

Angélique Labarriere



Club de karaté Do shito Ryu

C'est la rentrée !

Club de karaté Do Shito Ryu
Tél. : 06 71 14 35 97 - cmbaret@yahoo.fr

La saison 2025-2026 s'est terminée. Le passage de grade du 13 juin 2026 a permis aux pratiquants de voir leurs efforts et leur persévérance récompensés.

MERCI aux pratiquants et leurs familles pour leur présence et leur soutien.

La saison 2026-2027 a démarré, tant pour le karaté que pour les arts martiaux traditionnels. Nous vous attendons !

De nouveaux horaires sont proposés : nous restons à votre disposition pour tout renseignement.

À bientôt

Christophe BARET,
président et professeur



DOJO DE LANDIRAS

Karaté : mardi, mercredi, vendredi
– Enfants : 18 h à 19 h
– Adultes : 19 h à 20 h

Taichi : lundi, jeudi de 18 h 30 à 19 h 30

Wushu : mercredi de 19 h à 20 h





Les aides à domicile à l'honneur : TÉMOIGNAGES

Nous avons souhaité dans ce Lien mettre à l'honneur nos aides à domicile parce que ce métier est difficile et malheureusement peu reconnu et que nous avons la chance à Landiras d'avoir des aides à domicile formidables, motivées, impliquées et heureuses de pouvoir aider les personnes qui en ont besoin. Certaines ont accepté de témoigner ci-dessous en nous disant pourquoi elles aiment leur travail, pourquoi elles l'ont choisi, leurs satisfactions, leurs difficultés, leur formation, etc.



Roselyne



« Après mes études "Sanitaire et Social" comportant différents stages, mon choix de carrière s'est porté, sans hésitation, dans l'aide à la personne âgée.

Je suis employée dans ce secteur depuis 38 ans ; 15 ans en maison de retraite médicalisée puis depuis 23 ans dans le service d'aide à domicile du CCAS. En 2004, j'ai obtenu mon diplôme d'Auxiliaire de vie sociale. Durant mes interventions, mon rôle est d'aider les personnes dans les actes (entretien maison, linge...) et les gestes (toilettes, habillage...) de la vie quotidienne en maintenant au maximum leur autonomie et si possible leurs habitudes de vie :

– Aider dans les activités de la vie sociale (jeux de société, lecture, musique...) et relationnelle (voisinage, famille...)

– Diagnostiquer des changements physiques ou moraux afin de les communiquer au personnel soignant avec lequel je suis en contact régulier, le travail d'équipe étant très important pour le bien-être de la personne aidée et son maintien à domicile.

Ma satisfaction, c'est de voir, à la fin de mon intervention, la personne mieux moralement, souriante, détendue, pas seulement car son logement a été nettoyé mais parce qu'elle aura discuté, ri, chanté même parfois, le temps d'un instant, trop court disent-elles souvent, elle a oublié ses craintes, ses peurs.

Pour travailler dans ce domaine, il faut avoir de l'empathie, de la bienveillance, être à l'écoute, être patient, sérieux, dynamique, discret, avoir l'esprit d'initiative, respecter leur vécu et habitudes de vie.

Ce métier est un défi au quotidien mais quelle satisfaction personnelle quand on a pu contribuer à améliorer la qualité de vie de la personne aidée ! »





Sophie



« Je travaille au sein du CCAS de Landiras depuis plus de 29 ans. Le métier a beaucoup évolué depuis mon arrivée.

Je me suis occupée d'une personne de plus de 90 ans qui avait, elle-même, fait partie du service il y a plus de 30 ans. Je me trouve vraiment chanceuse par rapport à ce qu'elle a vécu car nous sommes vraiment mieux entourées, nous avons des devoirs mais également beaucoup de droits. Ce qui n'existait pas avant. Sinon je pense que le fait d'être attentionnées, patientes, de savoir écouter, rassurer... maintenant ou dans les années 90 reste le même.

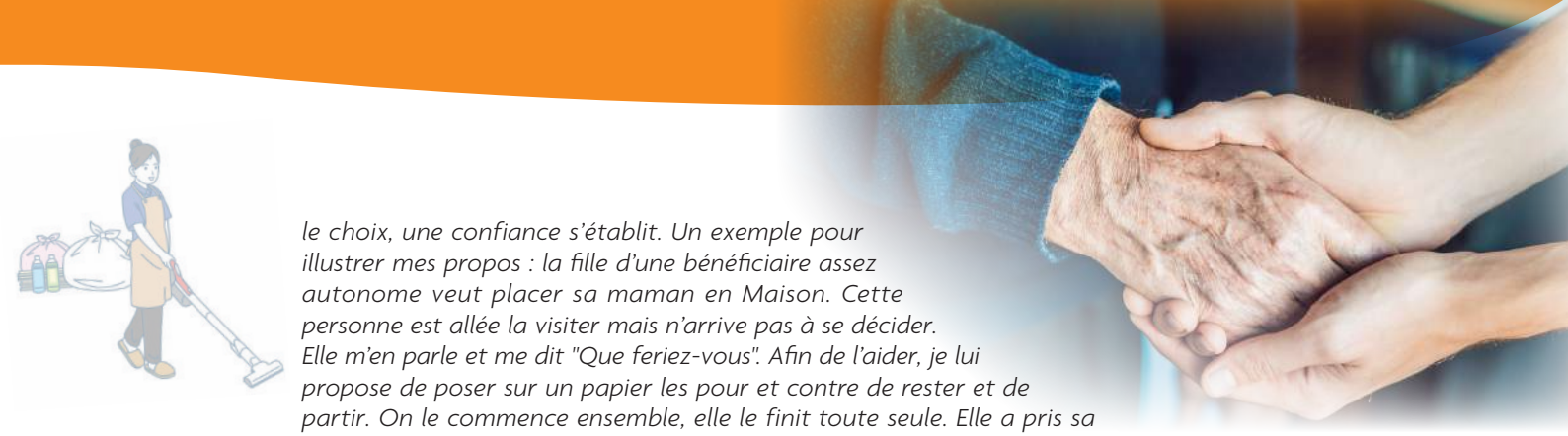
Côté anecdote, j'ai travaillé très longtemps chez une personne que j'aimais beaucoup. Sa fille et son gendre habitaient à la Réunion. Nous avions noué des liens qui perdurent. Ils m'ont donc proposé d'accompagner leur maman pour les rejoindre et nous avons donc passé une bonne dizaine de jours tous ensemble sous le soleil réunionnais »



Monique

« Dans ce métier, aucune journée ne se ressemble. Les bénéficiaires n'ont pas tous les mêmes besoins : ces besoins sont variés, mais il y en a un très important : nous pouvons être la seule présence qu'ils voient dans la journée. Aussi, pour ma part, pour beaucoup, ce moment est un moment d'échanges avant le pourquoi de ma venue. Cela va du ménage, à l'aide pour les courses, à l'administratif, au traditionnel ménage, aide à la toilette, marcher dehors quand c'est possible, ou tout simplement discuter ou jouer cartes, pions.... »

Pourquoi aimez-vous votre travail ? : *« satisfactions. J'aime mon travail car aucune journée ne se ressemble. Lieux de vie différents, personnes qui peuvent complètement être aux opposés. De plus, je travaille pour des personnes qui ont vraiment besoin de notre aide, d'une présence souvent, ce qui crée des liens. Ce métier m'a ouvert les chakras. Je me dis que ces bénéficiaires étaient des personnes qui faisaient tout toutes seules. Demain, après-demain, ce sera moi... Ces personnes décidaient de leurs envies, besoins, et aujourd'hui, la famille (souvent), une tutelle (parfois) leur imposent, des services, des personnes dont ils n'avaient ni la connaissance, ni l'envie. Aussi, l'ADN de mon métier passe par la bienveillance et l'écoute. Aucun jugement n'a sa place. Je ne connais pas le passif familial ou juste ce que j'accepte de savoir. La satisfaction est dans le retour. Comme nos bénéficiaires savent que je ne répéterai pas, que je ne jugerai pas et que je leur laisse*



le choix, une confiance s'établit. Un exemple pour illustrer mes propos : la fille d'une bénéficiaire assez autonome veut placer sa maman en Maison. Cette personne est allée la visiter mais n'arrive pas à se décider. Elle m'en parle et me dit "Que feriez-vous". Afin de l'aider, je lui propose de poser sur un papier les pour et contre de rester et de partir. On le commence ensemble, elle le finit toute seule. Elle a pris sa décision sans stress et avec des arguments elle a dit non à sa fille. Autre satisfaction : je suis toujours en relation avec la famille quand cela se passe bien. Il y a aussi les échanges avec les infirmières qui font que je ne me sens pas toujours toute seule. Ce métier est fait d'échanges avec un réseau famille, infirmières. Notre présence permet à nos aînés de rester chez eux le plus longtemps possible. »



Qu'est-ce qui est difficile dans ce métier ? : *« ...le plus difficile, des causes multiples : décès, manque de bienveillance ou absence de la famille, le fait d'être seule parfois. Le fait que physiquement, je bosse toute seule. Je reste humaine et quelquefois, cela peut être usant de répéter 15 fois les mêmes choses, ou d'essayer sans succès avec toutes les ruses possibles de leur faire accepter une douche, un changement d'habit ou de protection, un nouveau service comme le portage repas ou la Présence verte. De plus, je suis assez sensible et de voir une personne que j'aime bien se dégrader psychologiquement sans que je puisse y remédier est assez frustrant.*
Le plus difficile est pour ma part la précarité que nous impose l'âge de notre public. Quand nos bénéficiaires décèdent ou partent en EHPAD, ou chez la famille. Notre service n'est pas toujours en mesure de nous attribuer un nouveau bénéficiaire. C'est pour moi un gros point noir. »



Depuis combien de temps faites-vous ce travail ? : *« j'ai travaillé durant plus de 30 ans au sein d'une jardinerie. En 2018, je me suis fait opérer de la cheville et j'ai dû me reconvertir. Aussi, durant mon arrêt maladie, je suis repartie à l'école GRETA de Talence afin de suivre un bac pro en secrétariat. Formation validée par un diplôme. Je n'ai pas trouvé de travail stable dans cette voie. J'ai travaillé dans une association de réinsertion durant plus de 2 ans et nos missions ressemblaient de loin à l'aide à la personne. Je suis entrée au CCAS, un peu par défaut, il y a un an et demi. Aujourd'hui, la diversité des prestations, la diversité du public font que je me sens bien, et je me sens bien à ma place. Malgré la précarité de cet emploi, je ne me vois pas faire autre chose. Un mot pourrait résumer ce métier : j'ai fait de belles rencontres. »*



Qu'est-ce qui vous a amené à choisir ce métier ? : *«...le CCAS proposait quelques heures, aussi j'ai poussé la porte. Ce n'est pas moi qui ai choisi ce métier. Je dirais que c'est ce métier qui m'a choisie, voire adoptée. »*

Quel type de formation faut-il pour faire ce travail ? : *« ... il y a certainement des formations qui valident ce métier, comme un savoir-faire. Cependant, à mon avis, je pense que c'est surtout un savoir ÊTRE qui prévaut dans ce métier. Bienveillance, empathie, gentillesse, discrétion, prise de recul sont quelques qualités primordiales.*



Quelles sont vos relations avec les familles ? : *« Il y a certaines familles avec qui nous échangeons beaucoup sur nos relations avec leur parent. Nous sommes leurs yeux, leur manque de présence. En outre, leur confiance, leur disponibilité téléphonique m'aident à aider leur parent dans le respect. Pour certains, ceux qui sont loin, ou très absorbés par leur emploi, ils ne s'imaginent pas que leurs parents peuvent vieillir avec les conséquences qui vont avec. Pour d'autres, je suis là donc à moi de faire. Certains s'imaginent que nous avons une baguette magique, souvent par déni. Pour certaines familles, il y a une méconnaissance du métier et de nos différentes actions. Globalement, je suis la femme de ménage ».*

Monique partage des exemples de prestations à domicile

– Toilette complète sur le lit « *J'informe la personne de ce que je fais et je lui demande toujours si ça va afin de respecter sa dignité* » puis habillage.

– Préparation du petit déjeuner, apporté au lit. « *Je profite de ce moment, afin de discuter bouquins ou mots croisés : hobbies communs. Je lui ai emmené plusieurs livres.* »

– Nettoyage du sol de la chambre, rappel de la date de la prochaine visite. « *Avec cette personne, une très belle relation s'est établie. Le tutoiement a été adopté d'un accord commun. Il y a même un câlin qui débute et qui clôt la prestation.* »

Les aides à domicile à l'honneur



Quel beau métier que celui d'aide à domicile ! Rares sont les personnes qui n'auront jamais recours à une aide à domicile, que ce soit pour un besoin personnel ou pour prendre soin d'un de ses proches, d'une personne âgée, d'une personne malade ou d'une personne en situation de handicap.

Nos aides à domicile sont précieuses : elles favorisent le maintien à domicile, grâce à leur intervention régulière et leur aide dans les actes essentiels du quotidien.

Leurs missions sont multiples :

▶ **Aide à la personne** : apporter une aide pour la toilette, l'habillage, le lever, le coucher et les déplacements.

▶ **Aide aux repas** : faire les courses, cuisiner et assister la personne lors de la prise des repas.

▶ **Entretien du logement** : nettoyer les pièces, faire la poussière, passer l'aspirateur, faire la vaisselle et entretenir le linge (lavage, repassage, etc...).

▶ **Aide aux déplacements** : accompagner aux rendez-vous médicaux ou aux rendez-vous de loisirs, pour une promenade ou pour voir des proches.

▶ **Prévention** : observer le comportement ou l'état de santé et alerter la famille ou les professionnels en cas de changement.

▶ **Soutien moral** : rassurer la personne et l'encourager à faire seule ce qu'elle peut encore accomplir pour garder son autonomie.

▶ **Lien social** : discuter, écouter, stimuler et organiser des activités pour briser la solitude.

Ce métier d'aide à domicile peut vous sembler facile, mais il ne l'est pas.

En effet, les contraintes sont multiples :

Contraintes horaires et organisationnelles

▶ **Horaires décalés et coupés** : débuts très matinaux, fins de journée tardives, travail le week-end et journées fractionnées avec des trous entre les interventions.

▶ **Temps de transport** : déplacements constants d'un domicile à un autre, souvent non ou mal indemnisés, avec la fatigue de la route.

▶ **Nécessité d'être véhiculée** : les employeurs ont rarement la possibilité de leur fournir un véhicule.

▶ **Isolement** : travail solitaire chez les bénéficiaires, loin des collègues et de la hiérarchie.

Pénibilité physique importante

▶ **Efforts corporels** : risques importants de troubles musculo-squelettiques (TMS) dus aux transferts de personnes, aux gestes répétés, aux toilettes et aux ménages.

▶ **Port de charges** : aider une personne à se lever, se déplacer ou s'habiller.

Charge émotionnelle et psychologique

▶ **Confrontation à la souffrance** : fréquence importante des situations de détresse, de la maladie, de la dépendance, du vieillissement difficile et de la fin de vie.

▶ **Implication affective** : difficulté de garder une bonne distance professionnelle face à l'attachement ou aux tensions avec les familles.

Reconnaissance et aspects financiers

▶ **Rémunération modeste** : des salaires souvent bas au regard de l'exigence et de l'utilité sociale du travail.

▶ **Manque de valorisation** : sentiment d'un métier peu reconnu par la société ou les institutions.

Le métier d'aide à domicile est un métier d'utilité sociale, soyons reconnaissants envers nos aides à domicile !

Carine Delabarre-Lecoq



De gauche à droite, rangée du haut : Maïliss, Candy, Carine et Roselyne. De gauche à droite, rangée du bas : Monique, Sophie et Christelle.
Elenna et Marie-Hélène (absentes sur la photo).

Mairie de Landiras

Place du XI Novembre - 33720 Landiras
Tél. 05 56 62 50 28 - Fax 05 56 62 48 69
Retrouvez-nous sur le web www.landiras.fr
www.facebook.com/mairiedelandiras/

Heures d'ouverture : Lundi, mardi et jeudi : 8 h 30 - 12 h - 13 h 30 - 18 h
Mercredi : 8 h 30 - 12 h
Vendredi : 8 h 30 - 12 h - 13 h 30 - 16 h
Samedi : 9 h - 12 h
(Fermeture au public les samedis matin des mois de juillet et août)

Prochain bulletin municipal début janvier 2027
Vous êtes invités à faire parvenir vos articles à : leliendelandiras@gmail.com
avant le 5 décembre 2026.

Directeur de la publication : Jean-Philippe Dulou - Responsable de la publication : Florence Bolmont
Secrétaires de rédaction : Séverine Izard & Nicolas Mercier
Réalisation : Visiblement - 06 34 28 26 60 - Tiré à 1200 exemplaires - Ne pas jeter sur la voie publique.