Lettre d'informations aux habitants de GENAC-BIGNAC

EDITION SPECIALE

<u>Vu le contexte actuel, il ne nous est pas possible d'éditer un bulletin, mais nous vous rappelons que la Mairie est à votre disposition et vous joignons les informations utiles ci-dessous</u> :

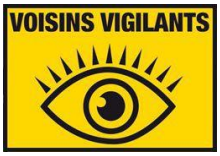
- **Mairies de Genac-Bignac :**

  Les secrétariats de mairie sont actuellement fermés au public durant la période de confinement mais restent joignables par téléphone et par mail.

MAIRIE DE GENAC	MAIRIE DE BIGNAC
Tél : 05.45.21.72.06 mail : mairie-genac@wanadoo.fr	Tél : 05.45.21.50.52 mail : mairiebignac@wanadoo.fr

Site internet : www.genac-bignac.fr (site dernièrement mis à jour)

- **Personne isolée** : elle peut bénéficier d'une aide pour récupérer médicaments et courses de première nécessité en contactant directement la mairie, le Maire ou les Adjoints.



- **Voisins Vigilants** : les voisins de personnes vulnérables sont encouragés à signaler aux élus tout fait inquiétant : volets restant clos, personne non aperçue dans son jardin,… et cela à la seule fin de leur venir en aide.

- **Epicerie « Chez Nounette » :** Mme LAGARDE Sarah

Alimentation – Journaux – Tabac – Point Poste / 3 Place du 19 mars 1962 – Genac – 16170 GENAC-BIGNAC

<u>Tél</u> : **05.16.09.86.49** - <u>Horaires d'ouverture</u> : Lundi, Mardi, Jeudi, Vendredi 8h-13h et 15h30-19h - Mercredi 8h-13h, Samedi 8h30-13h et 16h-19h - Dimanche 8h30-12h30

La Poste relève et distribue le courrier les mercredis, jeudis et vendredis jusqu'à nouvel ordre.

- **La Ferme de Genac - Nouveau point de vente de Fruits et Légumes** : Mr HENARD Didier et Nicolas – 44 route d'Angoulême – Genac 16170 GENAC-BIGNAC –Horaires d'ouverture : du Lundi au samedi de 9h à 13h - Tél : 06.13.04.40.47

- **Solidarité numérique :** Centre d'aide pour les démarches en ligne essentielles « Je trouve des réponses en ligne », ou « j'appelle le **01 70 772 372** » (appel non surtaxé, du lundi au vendredi, de 9h à 18h)

✓ Faire des démarches pour ma famille et moi ✓ Faire des démarches liées à mon travail ou mon entreprise ✓ Voir un médecin ✓ Rester en contact avec mes proches	✓ Travailler depuis chez moi ✓ Faire l'école à la maison ✓ Faire mes courses sur internet ✓ Trouver des informations vérifiées

- **Info COVID-19 :** Retrouvez sur la plateforme https://www.gouvernement.fr/infocoronavirus toutes les réponses officielles aux questions que vous vous posez sur ce qu'est le Coronavirus COVID-19 et les recommandations pour votre santé et vos voyages.

- **IntraMuros :** La Mairie de GENAC-BIGNAC utilise désormais l'application mobile IntraMuros pour vous informer. Téléchargez-là pour découvrir les événements, les actualités, les lieux à visiter et les services mairie de la commune et des alentours !

- **Maison des Services au Public :** service de proximité qui assure un accompagnement personnalisé et offre la possibilité d'obtenir des informations et d'effectuer des démarches administratives relevant de plusieurs administrations ou organismes publics, notamment dans les domaines de l'emploi, de la formation et du social.
  Tél : 05-45-21-10-94 - Mail : msap@ccrouillacais.fr

- **Le Secrétariat d'Etat à l'égalité entre les femmes et les hommes a réalisé le « <u>Guide des parents confinés : 50 astuces de pro !</u> » (à télécharger sur internet)**
  « Ce guide a été réalisé pour soutenir et accompagner les parents confinés dans leur conciliation vie professionnelle / vie familiale au quotidien grâce aux conseils bénévoles des professionnels, experts et parents cités. Les conseils n'engagent que leurs auteurs. »

<u>Quelques extraits du guide :</u>

Quels jeux ludiques pour les enfants ?

« Le jeu des secrets » : écrire un « secret » sur un papier que l'apprenti-lecteur doit déchiffrer puis exécuter. Ex : « Va dans la salle de bain et apporte une brosse à dents », « Lève-toi et tape trois fois dans tes mains ». On adapte le niveau des « secrets » à effectuer bien sûr au niveau de lecture de l'enfant. Celui-ci peut à son tour, écrire un « secret » que vous devez effectuer.

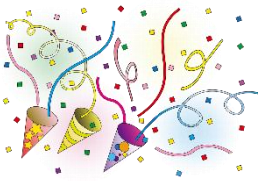
« Jeu des objets » : rassembler tous un tas d'objets de petite/moyenne taille autour de soi. Chacun son tour, on place un objet dans un sac. On doit récapituler au fur et à mesure tout ce qu'il y a dans le sac. Ex : « dans le sac, il y a une cuillère, une pile, une clé, etc. ». Quand on ne se souvient plus, on arrête tout et on recommence à remplir le sac.

« Jeu de la photo » : on demande à l'enfant de bien « photographier » la disposition des objets/meubles dans la pièce pendant 2 minutes. Puis il doit aller se cacher, on déplace alors une chaise et quelques éléments bien visibles. Lorsque l'enfant revient, il doit expliquer ce qui a changé dans la pièce.

Faire du sport à la maison

Jeu du foulard au pied : les deux joueurs ont un foulard au niveau d'une de leurs chevilles. Il doit être glissé à l'intérieur du pantalon en laissant dépasser seulement une petite partie. Les deux joueurs se placent face à face, à quatre pattes sur le sol. Le but est de saisir le foulard de l'autre tout en préservant le sien !

« Dans un contexte anxiogène, l'urgent est à la fête !. » Danser ensemble sur une de vos chansons préférées, vous lancer le défi de photos drôles, faire des crêpes, prendre le petit déjeuner au lit, prendre une raclée de vos enfants à un jeu vidéo, faire une grasse matinée, organiser un concours de grimaces, faire des jeux de société en famille, se faire des blagues, prévoir un appel vidéo entre vos enfants et leurs meilleurs amis, organiser un apéro virtuel avec les vôtres : n'oubliez jamais que votre propre bonne humeur rejaillit directement sur vos proches. Prendre soin de vous c'est prendre soin d'eux !



- **LUTTER CONTRE LA RECRUDESCENCE DES VIOLENCES CONJUGALES :**
  La plateforme « arretonslesviolences.gouv.fr » permet de se connecter 24h/24 et 7j/7 pour échanger avec des policières, policiers et gendarmes spécialement formés aux violences conjugales.
  <u>Pour les urgences, il convient d'appeler le 17 ou le 112 // ou le 114, un numéro d'alerte par SMS, pour les personnes avec difficultés à entendre ou à parler</u>
  Un système d'alerte a également été créé, pour les femmes victimes de violences conjugales, dans les pharmacies durant la période de confinement. Des consignes sont données pour que les forces de l'ordre puissent intervenir en urgence si une femme victime de violences conjugales se présente au comptoir.

- **URBANISME : Suspension de tous les délais**
  Les délais d'instruction sont suspendus ou reportés selon qu'ils ont commencé à courir avant le 12 mars (suspension et report de l'encours) ou après cette date (report complet), et les délais de recours sont prorogés.
  Exemple : une demande de permis de construire déposée le 15 janvier par exemple, en fin de délai le 15 mars, ne fera pas naître de décision tacite avant la fin de l'état d'urgence sanitaire + 1 mois.

- **OPERATION « TRANQUILLITE SENIORS »** : "En cette période particulière, si vous êtes âgé et/ou malade, il importe de ne pas demeurer seul. En vous signalant à la gendarmerie, vous serez régulièrement visité par des gendarmes. Pour cela, il vous suffit de remplir le document joint en page 3 (également téléchargeable) et de le remettre à la brigade de ROUILLAC. "

OPERATION
TRANQUILLITE – SENIORS

DEMANDE INDIVIDUELLE

Brigade de gendarmerie de : ----------
Commune concernée : ----------

DEMANDEUR

NOM : ---------- Prénom : ----------

DATE DE NAISSANCE : ----------

ADRESSE DU DOMICILE (N° - Voie - Lieu-dit, ...)

Etage : ---------- | N° de Porte : ---------- | **DIGICODE** : ----------

Code Postal : ---------- Commune : ----------

COORDONNEES

TELEPHONE (S) : ---------- MAIL : ----------

AUTRES PRECISIONS : conjoint (e), coordonnées de tiers de confiance (voisins, aide à domicile, famille, proches à contacter...), autres...

En outre :

- Je souhaite bénéficier des dispositions du plan canicule : OUI ☐ NON ☐
- N'étant pas en capacité de me déplacer, je sollicite un contact avec la gendarmerie : OUI ☐ NON ☐

Les informations recueillies font l'objet d'un traitement d'informations nominatives. Conformément à l'article 34 de la loi 78-17 du 6 janvier 1978, relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des informations vous concernant. Vous pouvez exercer ce droit auprès de l'unité de gendarmerie ayant enregistré votre demande.

Date : ---------- **Signature du demandeur :**

ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE

En application de l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire

Je soussigné(e),

Mme/M. :

Né(e) le :

À :

Demeurant :

certifie que mon déplacement est lié au motif suivant (cocher la case) autorisé par l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire[1] :

- ☐ Déplacements entre le domicile et le lieu d'exercice de l'activité professionnelle, lorsqu'ils sont indispensables à l'exercice d'activités ne pouvant être organisées sous forme de télétravail ou déplacements professionnels ne pouvant être différés[2].
- ☐ Déplacements pour effectuer des achats de fournitures nécessaires à l'activité professionnelle et des achats de première nécessité[3] dans des établissements dont les activités demeurent autorisées (liste sur gouvernement.fr).
- ☐ Consultations et soins ne pouvant être assurés à distance et ne pouvant être différés ; consultations et soins des patients atteints d'une affection de longue durée.
- ☐ Déplacements pour motif familial impérieux, pour l'assistance aux personnes vulnérables ou la garde d'enfants.
- ☐ Déplacements brefs, dans la limite d'une heure quotidienne et dans un rayon maximal d'un kilomètre autour du domicile, liés soit à l'activité physique individuelle des personnes, à l'exclusion de toute pratique sportive collective et de toute proximité avec d'autres personnes, soit à la promenade avec les seules personnes regroupées dans un même domicile, soit aux besoins des animaux de compagnie.
- ☐ Convocation judiciaire ou administrative.
- ☐ Participation à des missions d'intérêt général sur demande de l'autorité administrative.

Fait à :

Le : à h
(Date et heure de début de sortie à mentionner obligatoirement)

Signature :

[1] Les personnes souhaitant bénéficier de l'une de ces exceptions doivent se munir s'il y a lieu, lors de leurs déplacements hors de leur domicile, d'un document leur permettant de justifier que le déplacement considéré entre dans le champ de l'une de ces exceptions.
[2] A utiliser par les travailleurs non-salariés, lorsqu'ils ne peuvent disposer d'un justificatif de déplacement établi par leur employeur.
[3] Y compris les acquisitions à titre gratuit (distribution de denrées alimentaires...) et les déplacements liés à la perception de prestations sociales et au retrait d'espèces.

ATTESTATION DE DÉPLACEMENT DÉROGATOIRE

En application de l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire

Je soussigné(e),

Mme/M. :

Né(e) le :

À :

Demeurant :

certifie que mon déplacement est lié au motif suivant (cocher la case) autorisé par l'article 3 du décret du 23 mars 2020 prescrivant les mesures générales nécessaires pour faire face à l'épidémie de Covid19 dans le cadre de l'état d'urgence sanitaire[1] :

- ☐ Déplacements entre le domicile et le lieu d'exercice de l'activité professionnelle, lorsqu'ils sont indispensables à l'exercice d'activités ne pouvant être organisées sous forme de télétravail ou déplacements professionnels ne pouvant être différés[2].
- ☐ Déplacements pour effectuer des achats de fournitures nécessaires à l'activité professionnelle et des achats de première nécessité[3] dans des établissements dont les activités demeurent autorisées (liste sur gouvernement.fr).
- ☐ Consultations et soins ne pouvant être assurés à distance et ne pouvant être différés ; consultations et soins des patients atteints d'une affection de longue durée.
- ☐ Déplacements pour motif familial impérieux, pour l'assistance aux personnes vulnérables ou la garde d'enfants.
- ☐ Déplacements brefs, dans la limite d'une heure quotidienne et dans un rayon maximal d'un kilomètre autour du domicile, liés soit à l'activité physique individuelle des personnes, à l'exclusion de toute pratique sportive collective et de toute proximité avec d'autres personnes, soit à la promenade avec les seules personnes regroupées dans un même domicile, soit aux besoins des animaux de compagnie.
- ☐ Convocation judiciaire ou administrative.
- ☐ Participation à des missions d'intérêt général sur demande de l'autorité administrative.

Fait à :

Le : à h
(Date et heure de début de sortie à mentionner obligatoirement)

Signature :

[1] Les personnes souhaitant bénéficier de l'une de ces exceptions doivent se munir s'il y a lieu, lors de leurs déplacements hors de leur domicile, d'un document leur permettant de justifier que le déplacement considéré entre dans le champ de l'une de ces exceptions.
[2] A utiliser par les travailleurs non-salariés, lorsqu'ils ne peuvent disposer d'un justificatif de déplacement établi par leur employeur.
[3] Y compris les acquisitions à titre gratuit (distribution de denrées alimentaires...) et les déplacements liés à la perception de prestations sociales et au retrait d'espèces.