

La lettre d'information du Centre Local d'Information et de Coordination- Bassin gérontologique Montagnac Pézenas Roujan -

Le 7ème Info CLIC vous permet de connaître des initiatives et actions relatives aux aînés du territoire. Cette lettre trimestrielle est largement diffusée aux municipalités, clubs, foyers, associations, EHPAD, services à domicile, services médico-sociaux, etc. Contribuez à alimenter l'agenda et proposez des articles en lien avec nos actualités !

Pour continuer à recevoir cette lettre, transmettez au CLIC votre adresse électronique ou postale.

Le mot du Président

Le temps de la concertation

Le Clic l'Épi mène avec les acteurs locaux un travail continu de coordination afin de répondre aux attentes et aux différents besoins des retraités du territoire.

Dans cette logique, une concertation a été lancée sur deux appels à projets relatifs à la prévention de la perte d'autonomie et l'accompagnement de la personne âgée en risque de fragilité, lancée par les organismes de sécurité sociale et l'Institut régional du vieillissement, ainsi que la CFPPA (Conférence des financeurs pour la Prévention de la Perte d'Autonomie), issue de la loi d'Adaptation de la Société au vieillissement (cf. page 2)

Nous avons pu constater les effets positifs dans l'action des opérateurs proposant ces programmes de prévention, s'ils sont organisés et préparés avec les acteurs locaux, mairies et leurs CCAS, ainsi que les associations de retraités, tel que la plupart des CCAS et clubs s'y sont associés.

La mobilisation et le financement de professionnels formés spécifiquement aux enjeux du vieillissement permet d'initier des démarches de proximité adaptées et complémentaires à votre soutien quotidien aux retraités du territoire. La diversité des programmes proposés (conférences et ateliers nutritionnels, mémoire, activité physique adaptée, accompagnement géronto-psychologique, prévention santé, routière, transmissions intergénérationnelles, formation numérique, ...) dépend de votre volonté d'accompagner une démarche globale et continue des personnes âgées.

Nous construisons ensemble la prochaine journée publique du réseau, espace de rassemblement et de découverte. Elle se déroulera le mardi 16 mai à Pézenas autour de l'entraide et des solidarités intergénérationnelles.

Nous espérons vous y retrouver nombreux et impliqués, acteurs de la vie sociale et de votre propre devenir.

Le Président, Roger FAGES



Prévention de la perte d'autonomie et soutien à la personne âgée en risque de fragilité, quelles actions en 2017/18 ?

Vous participez, avec le Centre Local d'Information et de Coordination CLIC l'Epi, à des missions de prévention du vieillissement nous sommes engagés ensemble aux côtés des retraités, leurs aidants personnels et professionnels dans le maintien de leur autonomie.

Dans ce cadre, les collectivités locales et organismes publics, établissements et services se coordonnent pour construire des programmes d'actions adaptées à la réalité de chaque territoire.

Les porteurs de projets nous informent de deux programmes d'actions initiés au niveau régional et départemental concourant à ces objectifs de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de plus de 55 ans à domicile.

Un appel à projet est mené pour les territoires identifiés par l'observatoire régional sur les risques de fragilité des seniors autonomes, réunissant les organismes de protection sociale (CARSAT, MSA, RSI, CNRACL, CAMIEG, AGIRC ARRCO avec l'Institut Régional du Vieillissement). Il vise à soutenir des projets de prévention sociale pour un vieillissement actif et en bonne santé pour les personnes de plus de 55 ans au niveau régional, finançant des actions à l'échelle de votre canton.

Vous avez pu en bénéficier ces dernières années au travers de conférences et ateliers (menés par des opérateurs tels qu'ARCOPRED, France Alzheimer, Familles rurales 34, Ma Vie, la Maison de Kairos, Radio Clapas, etc.) autour de la mémoire, l'activité physique adaptée, les informations sur la santé portant sur l'alimentation, le sommeil, les vacances... Le bien vieillir dans ses multiples formes !

Un second appel à projet est initié par la Conférence des Financeurs pour la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA) de l'Hérault, mise en place en 2016 grâce à la loi d'Adaptation de la Société au Vieillissement, dite ASV, du 28 décembre 2015.

Il vise à soutenir la mise en œuvre d'actions collectives de prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile dans l'Hérault. Elles regroupent des initiatives relatives à l'habitat et l'accessibilité aux aides techniques, le lien social, le cadre de vie, la prévention de la santé, le bien-être, la qualité de vie, etc. Il est découpé par EPCI.

Plusieurs actions ont pu être mises en œuvre dès fin 2016 grâce à ce dispositif, dont la formation numérique seniors mise en œuvre par le CLIC l'Epi sur le secteur en février.

Afin de s'adapter à la réalité des besoins et des souhaits de vos habitants, ainsi qu'aux priorités définies par vos services, nous vous avons transmis un ensemble de projets proposés par les opérateurs qui vont répondre à ces appels à projets, en définissant des territoires d'action d'ici les 17 (le premier) et 20 mars (CFPPA). Nous sommes à votre disposition pour leur transmettre vos demandes avant ces échéances.

Objectifs généraux, prévenir la perte d'autonomie et favoriser un vieillissement actif et en bonne santé, notamment par :

- ✓ Renforcer le lien social,
- ✓ Préserver le capital santé,
- ✓ Retarder la perte d'autonomie,
- ✓ Améliorer la qualité de vie des personnes âgées fragilisées et les aidants familiaux,
- ✓ Faciliter l'accès aux soins et aux droits afin de réduire les inégalités.

Les liens vers les appels à projets et leurs cahiers des charges, pour les opérateurs :

⇒ L'interregime régional : <https://www.carsat-lr.fr/partenaires/irv/appel-projets-interregime.html>

⇒ CFPPA de l'Hérault : <http://www.herault.fr/seniors/publication/appel-a-projets-2017-cfppa-herault>

Merci par avance à toutes les municipalités et les associations locales de leur positionnement pour définir les actions de l'année à venir dans le cadre de ces appels à projets !

Quelques initiatives locales financées par les organismes inter-régime et la CFPPA sur le secteur jusqu'à aujourd'hui

- Prévention santé Maison de Kairos à Montagnac,
- Activité physique adaptée avec Ma Vie à Tourbes ou Pézenas,
- Ateliers mémoire à Pézenas et Lézignan la Cèbe, par Familles rurales
- Conférences Arcopred à Fontès, Pézenas, Lézignan, Roujan...
- Mots Croisés avec Radio Clapas à Magalas et Neffiès
- Formation numérique à Pézenas, etc.

Préserver votre capital santé et améliorer votre qualité de vie

L'association "La maison de Kairos" et ses professionnels vous propose de venir découvrir son programme le :

VENDREDI 24 février de 16h30 à 18h30
à la salle polyvalente de la Maison des Associations de Montagnac

A destination des séniors et personnes âgées ce programme est basé sur :

- Un suivi médical
- Des ateliers cuisine & nutrition
- De l'Activité Physique Adaptée
- Un suivi psycho-sociologique

Toutes ces actions sont :

- 100% Gratuites
- 100% Plaisir
- 100% Santé

Plus de renseignements : CALMES Alexandre - 06 48 74 73 03 ou maison.kairos@gmail.com

Montagnac
Espiril de la région Occitanie

CONFÉRENCE-DÉBAT
PRÉVENTION - DÉPISTAGE

LES TROUBLES DU SOMMEIL

Dr Guilhem PEREMARTY

JEUDI 17 OCTOBRE 15h
SALLE DU PEUPLE
ROUJAN

Entrée libre

Familles Rurales de l'Hérault

ATELIER MEMOIRE
Programme d'activation cérébrale

« Retrouvez le fil de la mémoire »

Moins de présentation à partir de 14h30 le Jeudi 11 février 2016
Salle des Mariages
Mairie de PEZENAS

Organisé gratuitement par la Fédération Familles Rurales de l'Hérault, le CLIC « CLIC » de PEZENAS, La Mairie de PEZENAS.

Contacts :
CCAS : 04 67 90 41 58
Familles Rurales Fédération de l'Hérault : 04 67 79 35 93

Familles Rurales Fédération Départementale de l'Hérault
401, rue de l'Industrie - 34000 Montpellier
Tél. : 04 67 79 35 93
www.famillesrurales.org/herault

Communauté de Communes **Avant-Monts**

MOTS Croisés

Atelier radio

Jeune public de 8 à 16 ans
de 10 h à 12 h et de 13 h 45 à 16 h

Radio Clapas 93.5 Montpellier

Comment c'était avant ?

- Lundi 3 avril 17 personnes Salle du couvent à Neffiès
- Mardi 4 avril 12 personnes Salle du couvent à Neffiès
- Mercr. 5 avril 11 personnes Au Club des Amis de l'Age d'Or à Magalas
- Jeudi 6 avril 12 personnes Au Club des Amis de l'Age d'Or à Magalas
- Vendr. 7 avril 20 personnes Bilan des participants Emission radio à Magalas

« Enfile ton casque et pose moi tes questions ! »
Les jeunes et les Séniors sont sur la même longueur d'onde
Inscription Obligatoire 06 47 45 61 44

Programme Santé-Vous Bien !

CONFERENCE :
« Les enjeux de l'avancée en âge et l'intérêt d'une bonne hygiène de vie »

Assurée par P. Bernard, Maître de Conférences à l'Université de Montpellier

Mercredi 10 Février 2016 à 15h
Salle des fêtes
Place de la Mairie
34 120 Tourbes

Bouger en toutes sécurités
Des ateliers encadrés par un professionnel de la santé vous seront proposés à l'issue de la conférence

Ma Vie C. ROYES : 06 08 42 19 77
ma vie.apa@gmail.com

La concertation est également ouverte sur un second volet de la formation numérique.

Très appréciée et fortement sollicitée, elle illustre une demande d'inclusion sociale et numérique de la part de retraités qui refusent d'être exclus de la société et marquent leur volonté d'y participer de manière active. Nous constatons un niveau d'intérêt, d'équipement et d'usages bien supérieurs à nos représentations sur vos savoir-faire, capacités d'adaptation et désirs de transmission. Informations auprès du CLIC l'Epi.

Bravo à toutes et à tous !



Les petits frères des pauvres demain à Pézenas ?

Face à l'isolement croissant des personnes âgées,
les petits frères des Pauvres recherchent des bénévoles à Pézenas.

Aujourd'hui, 1,5 million de personnes âgées souffrent d'isolement¹. Et les plus de 75 ans sont les plus touchés. En offrant de leur temps, les bénévoles des petits frères des Pauvres accompagnent des personnes mises à l'écart du fait de leur âge, de leur état de santé ou de leurs conditions de vie.

Des bénévoles essentiels pour ne laisser personne en situation d'isolement

Depuis plus de 70 ans, les petits frères des Pauvres accompagnent des personnes de plus de 50 ans en situation d'isolement, de précarité ou de maladies graves et ont l'ambition d'accompagner de plus en plus de personnes sur tous les territoires. Choisir d'être bénévole avec les petits frères des Pauvres, c'est avoir envie de s'impliquer dans la durée pour recréer du lien social et favoriser les liens entre les générations.

Un bénévolat de proximité privilégiant la relation

En fonction de ses aspirations et de ses disponibilités, chacun peut s'engager au sein d'une équipe de proximité, auprès de personnes âgées à leur domicile, en maison de retraite, à l'hôpital, en aidant au fonctionnement des équipes ...

Paroles de bénévole...

Marthe, 19 ans, lauréate du prix Jeune bénévole 2016 : « Avant, je voyais les personnes âgées comme des personnes...peut-être pas d'un autre monde, mais d'une autre époque en tout cas. Alors que maintenant, je me suis vraiment rendue compte que ce qui est essentiel, c'est la personne, ce qu'elle dit, qui elle est. Je reçois plus des personnes âgées que je ne leur donne. En fait, j'ai l'impression d'être privilégiée ».

Les petits frères des Pauvres en quelques chiffres

- 11 200 bénévoles engagés et 577 salariés
- Plus de 200 équipes d'action dans toute la France et 30 maisons et établissements
- 33 200 personnes aidées dont 12 400 accompagnées régulièrement. 89 % d'entre elles ont plus de 60 ans.
- 78 % des ressources proviennent de la générosité du public (legs et dons), soit 45,8 millions d'euros en 2015.

Retrouvez-nous aussi sur Facebook

[Les petits frères des Pauvres](#) et sur Twitter [@pfPauvres](#)

Ecoutez également Emmanuel Guary avec le CLIC sur Radio Pays d'Hérault, dans l'émission Vivre Ici ! de Jean-Pierre Fonollosa du 16 mars ici www.rphfm.org/-Vivre-ici-



Vous souhaitez participer à la création de l'équipe sur Pézenas, un seul contact :

M. Emmanuel Guary

Adjoint de direction régionale

Les petits frères des Pauvres

165, rue Simone Signoret 34070
Montpellier

Tél. 07 86 67 12 30

www.petitsfreresdespauvres.fr



Comité de rédaction de la lettre Info CLIC présidé par Roger FAGES
Une info, une actualité, un renseignement ? Tel : 04 67 09 34 90 Fax : 04 67 09 36 14
E-mail : contact@clic-lepi.fr Site internet : www.clic-lepi.fr - Facebook : CLIC l'Epi

¹ « Les solitudes en France », étude de la Fondation de France, 07/14