



Centre Local d'Information et de Coordination du Haut-Bugey

ACTIONS TERRITOIRE DU HAUT-BUGEY

octobre

2020

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
			1 18h-20h : groupe de paroles pour les aidants de malades d'Alzheimer	2
5 14h-16h : lancement des ateliers happy tab - centre social Hauteville - Inscription obligatoire	6	7	8 9h à 11h : début des ateliers « la mémoire en Jeux » - CLIC Oyonnax - inscription obligatoire	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

Notes : Permanences CLIC : Lundi après-midi à la MSAP de Nantua Mercredi après-midi à la MSAP d'Hauteville-Lompnes

Pour toutes informations complémentaires, merci de contacter le CLIC au 04 74 75 67 79



ACTIONS TERRITOIRE DU HAUT-BUGEY



Pour information
et diffusion large!



Groupes de paroles pour aidants de malades d'Alzheimer- Année 2020

Quand et où ?

Ces groupes de paroles sont destinés aux aidants dont les proches souffrent de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Jeudi 3 septembre, jeudi 1 octobre,
jeudi 5 novembre et jeudi 3 décembre 2020
de 18h00 à 20h00

Maison de santé du Lac

1er étage - grande salle de réunion

50 rue Paul Painlevé - 01130 Nantua.

Comment cela se passe ?

Pendant 2h, les aidants peuvent parler de tout : livrer leurs difficultés mais aussi leurs joies, s'apporter des informations pratiques sur les aides au déplacement, échanger sur des méthodes pour stimuler la mémoire de leur conjoint...

Olivier Bagès-Limoges, psychologue adhérent de France Alzheimer de L'Ain, sera là pour ces séances.

"Mon but est de favoriser l'écoute, que chacun puisse s'exprimer et entendre ce que l'autre a à dire. Certains ont une plus longue expérience de la maladie. Ils peuvent apporter des choses concrètes aux autres".

Plus d'informations en appelant au : **06.72.74.05.10**

ou par courriel: bages.psychologue@free.fr

ACTIONS TERRITOIRE DU HAUT-BUGEY



Alée
Le plein d'activités pour les seniors

PLAN SENIORS
01

Action
réalisée
par :



CLIC
Comité Local d'Information et
de Concertation du Haut-Bugey



adapa
AIDER & ACCOMPAGNER
À DOMICILE

Membre du réseau




Atelier prévention La Mémoire en jeu

OBJECTIFS

- Stimuler ses fonctions cognitives, autrement dit son cerveau, pour garder l'esprit vif.
- Transférer dans la vie quotidienne les stratégies adoptées lors de l'atelier, pour continuer à s'entraîner et conserver une stimulation cognitive riche et variée.

COMMENT ?

Sur tablette tactile au travers d'une application ludique, personnalisée et scientifique et via des jeux traditionnels (support papiers ou autres et en groupe).

PROGRAMME

La Mémoire en Jeu se déroule sur 6 séances qui seront consacrées à la stimulation de chacune des fonctions cognitives.

- ↳ Séance 1 : Présentation théorique, appropriation de la tablette et exercices pratiques
- ↳ Séance 2 : Travail sur l'attention
- ↳ Séance 3 : Travail sur le langage
- ↳ Séance 4 : Travail sur les fonctions exécutives et logiques
- ↳ Séance 5 : Travail sur la mémoire
- ↳ Séance 6 : Travail sur les fonctions visuo-spatiales

Un livret pédagogique est remis à chaque participant

PUBLIC
Réservé aux + de 60 ans
Groupe de 6 à 8 personnes

DURÉE
6 séances de 2h

PRIX
GRATUIT
Financé par la Conférence des Financeurs

TRANSPORT ACCOMPAGNÉ
GRATUIT
Financé par la Conférence des Financeurs

CONTACT
CLIC HAUT BUGEY
10 rue de l'Orme
01100 OYONNAX
Tel : 04 74 75 67 79
clicduhautbugey@agbo-01.fr



Alée
Action soutenue par la
Conférence des Financeurs

Avec le soutien de la

cnsa
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie



AIN⁰¹
le Département

ACTIONS TERRITOIRE DU HAUT-BUGEY



Atelier prévention réalisé par



En partenariat avec :



Happy tab'

Atelier
GRATUIT*

Pour les +
de 60 ans

Mieux
VIVRE

Atelier
collectif
6 à 8
personnes

Bien
DANS LA
SOCIÉTÉ

15 séances
de
2 heures

Supports
pédagogiques
fournis

Transport
accompagné
sur
demande*

*Financé
par :

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Rhône-Alpes

ASSURANCE SOCIALE
l'Assurance
Retraite
Rhône-Alpes

Tous les lundis après-midi, de 14h à 16h
du 5 octobre au 8 février 2021

au Centre social et culturel, 1 place du Docteur le Tacon
à Hauteville-Lompnès

Bénéficiez d'un accompagnement pour apprendre à
utiliser une tablette tactile ! Au programme,
15 séances intégrant des apports théoriques et
pratiques sur tablette, abordées à travers 4
modules :

Découverte de la tablette : manipulations de
base, prendre des photos, noter ses RDV

Communiquer, créer et surfer sur la tablette :
internet, e-mail, Skype, réseaux sociaux

Se perfectionner : les applications,
acheter et vendre

« Spécial CARSAT »

Tablette fournie, possibilité d'amener la vôtre !

INSCRIPTION :

CLIC DU HAUT BUGEY
10 rue de l'Orme, à OYONNAX
Email : clicduhautbugey@agbo-01.fr
TEL : 04 74 75 67 79