



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

# ACTIONS TERRITOIRE DU HAUT-BUGEY

septembre

2020

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven
	1	2	3 18h-20h : groupe de paroles pour les aidants de malades d'Alzheimer	4
7 9h30 à 11h30 : Lancement ateliers Happy Tab Nantua - Inscription obligatoire	8	9	10	11 14h à 16h : Lancement ateliers HAPPY TAB Oyonnax - <b>complet</b>
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
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](mailto:bages.psychologue@free.fr)

# ACTIONS TERRITOIRE DU HAUT-BUGEY



Atelier prévention réalisée par

**adapa**  
AIDER & ACCOMPAGNER  
À DOMICILE  
RÉSEAU **UNA**

En partenariat avec :

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

## Happy tab'

Tous les lundis matins, de 9h30 à 11h30  
**du 7 septembre au 14 décembre,**  
à la Maison des Services aux Publics,  
36 rue des collèges à NANTUA

**Atelier GRATUIT\***

Pour les +  
de 60 ans

**Mieux VIVRE**

**Atelier collectif**  
6 à 8  
personnes

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

**Bien DANS LA SOCIÉTÉ**

15 séances de 2 heures

« Spécial CARSAT »

Supports pédagogiques fournis

Tablette fournie, possibilité d'amener la vôtre !

Transport accompagné sur demande\*

\*Financé par :

**Carsat** Retraite & Santé au travail  
Rhône-Alpes

**l'Assurance Retraite**  
Rhône-Alpes

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

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