

Le nombre de places est limité à 15 participants :
ne tardez pas à vous inscrire !

Ce programme s'adresse en priorité aux aidants qui soutiennent une personne âgée résidant sur les cantons de Castelnau-Rivière-Basse, Maubourguet, Montaner, Rabastens de Bigorre et Vic en Bigorre.

Les personnes hors secteur pourront participer dans la mesure des places disponibles.

Organisateurs :

Charlène MALLET, Coordinatrice
Laura MIELGO, Coordonnatrice



CLIC VMG

Nathalie BERNADET, Secrétaire

Partenaire :



Centre Hospitalier
de Bigorre
Tartan - Vic en Bigorre

Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) VMG
Résidence La Clairière - Square Pierre Trouillé
65 500 VIC EN BIGORRE
clic.vmg@wanadoo.fr - Page Facebook : CLIC VMG

Les organisateurs remercient les partenaires financiers :



PROGRAMME DE SOUTIEN DES AIDANTS

VOUS AIDEZ UN PROCHE ÂGÉ ?

NOUS VOUS INVITONS À VENIR ÉCHANGER SUR VOS PRÉOCCUPATIONS ET TROUVER DES RÉPONSES

Les prochaines journées auront lieu le :

vendredi 22 mars 2019

jeudi 28 mars

jeudi 4 avril

jeudi 11 avril

jeudi 18 avril

à la Résidence la Clairière de VIC EN BIGORRE

Ne pas jeter sur la voie publique

PARTICIPATION GRATUITE

Durant le programme de soutien des aidants, le **transport** et la **garde** de votre proche peuvent être pris en charge gratuitement.



Inscription et renseignement
au 05 62 31 83 39

Première demi-journée, de 13h50 à 17h00 - SOMMES-NOUS TOUS ÉGAUX FACE AU VIEILLISSEMENT ?

13h50 **Accueil et Introduction**

14h00 « **Le vieillissement normal** »

Dr GASNIER, Médecin Gériatre, Chef de Service
Centre Hospitalier de Vic en Bigorre

15h00 **Questions-débat**

15h20 **Pause café-goûter**

15h40 « **La Maladie d'Alzheimer et maladies apparentées** »

Dr GASNIER, Médecin Gériatre, Chef de Service
Centre Hospitalier de Vic en Bigorre

16h40 **Questions-débat et remise de documents d'information**

Deuxième demi-journée, de 13h50 à 17h00 - EST-IL POSSIBLE D'ACCOMPAGNER SANS S'ÉPUISER ?

13h50 **Accueil et Introduction**

Coordinatrice CLIC VMG

14h00 **Tour de table**

Mme CABANNE, Consultante et Formatrice en ressources humaines
Cabinet ADN Communication à Pau

15h00 **Pause café-goûter**

15h20 « **La prévention de l'épuisement familial** »

16h50 **Remise de documents d'information avant clôture**

Troisième demi-journée, de 13h50 à 17h00 - COMMENT FAIRE À LA MAISON ?

14h00 « **Le matériel médical et les aides techniques** »

mis à disposition par Mr NALLET, Conseiller

« **Les bons gestes : techniques et mise en pratique** »

Mme NEVEU, Ergothérapeute
Centre Hospitalier de Vic en Bigorre

15h30 **Pause café-goûter**

16h50 **Remise de documents d'information avant clôture**

Quatrième demi-journée, de 11h15 à 17h00 - SE PRÉSERVER POUR MIEUX AIDER

11h15 **Diffusion du reportage réalisé par le Collectif d'Aidants du Val d'Adour**

12h00 **REPAS partagé offert**

14h00 « **Où trouver du soutien ?** »

Mlle MALLET, Coordinatrice CLIC VMG GERONTOLOGIE

15h20 **Pause café-goûter**

15h40 « **Comment prendre du temps pour soi ?** »

Mr LEDEZ, Professeur d'Activités Physiques Adaptées
Centre Hospitalier de Bigorre

16h40 **Remise de documents d'information avant clôture**

Cinquième demi-journée, de 13h50 à 17h00 - PLACE DES SENS DANS LA RELATION D'AIDE

13h50 **Accueil et Introduction**

14h00 « **Sensibilisation aux bienfaits des approches thérapeutiques non-médicamenteuses** »

Madame PERROT, Éducatrice Spécialisée
Association AmIris

15h30 **Pause café-goûter**

16h50 **Remise de documents d'information avant clôture**