

# Les mardis des aidants à Pibrac



Le réseau de partenaires vous accompagne durant tout le programme : A.D.M.R., C.C.A.S. de Pibrac, C.C.A.S. de Léguevin, Communauté de communes de La Save au Touch, EHPAD L'Orée De Bouconne, Curtis et La Houlette.

# Se renseigner et s'inscrire

Le Centre Social de Lévignac

Du lundi au jeudi de 14h à 17h

Isabelle Bessières 05 62 13 80 20

Isabelle.bessieres@save-touch.org

Le CCAS de Pibrac

Du lundi au vendredi de 9h à 12h

Laetitia Larroque 05 62 13 93 93

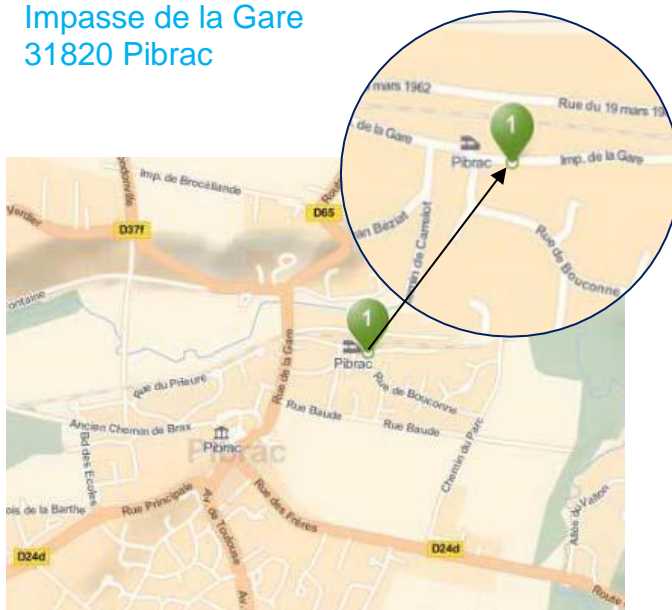
l.larroque@mairie-pibrac.fr

# Nous rencontrer

Centre Social de Pibrac

Impasse de la Gare

31820 Pibrac



Pour celles et ceux qui aident un proche âgé en perte d'autonomie

# Les mardis des aidants à Pibrac



Des temps conviviaux pour s'informer, échanger et se ressourcer  
Un mardi par mois de 14h30 à 17h au Centre Social de Pibrac  
Pour les habitants de Brax, Léguevin, Lévignac, Lasserre, La Salvetat-Saint-Gilles, Mérenvielle, Pibrac, Pradères-les-Bourguets et Sainte-Livrade.



# Qui sommes-nous ?

Dans le cadre d'une politique publique d'aide aux aidants familiaux, nous avons constitué un réseau de partenaires institutionnels et associatifs qui propose différents temps de rencontre.

## Nos propositions

Proche de chez vous, l'action d'aide aux aidants prend la forme de 2 types de rencontres différentes, à raison d'une fois par mois animés par les différents professionnels partenaires:

**Des groupes d'échange :** avec un temps d'information apportée par un professionnel spécialiste du thème (médecin, psychologue, assistante sociale,...), suivi d'un temps d'expression et d'échanges.

**Les ateliers partagés :** Un moment de partage entre les aidants et leurs proches, autour d'activités adaptées et de mise en pratique en lien avec le thème du groupe d'échange précédent.

Sur ces temps de rencontres, un **relais** est organisé pour accueillir les personnes aidées en proposant diverses activités de détente avec une aide-soignante.

A la fin de chaque séance un moment de convivialité sera proposé.



N'hésitez pas à vous inscrire

# Calendrier 2016-2017



De 14h30 à 17h au Centre Social de Pibrac.

<b>Groupe d'échanges : Comment communiquer avec mon proche ?</b>	11/10/2016
<b>Groupe d'échanges: Quelles activités proposer à mon proche ? (la méthode Montessori et les activités flash).</b>	08/11/2016
<b>Atelier partagé : Les Activités Flash et Montessori, mise en pratique.</b>	06/12/2016
<b>Groupe d'échanges : Quelle activité physique peut-on encore pratiquer ?</b>	10/01/2017
<b>Atelier partagé : Les activités physique et la motricité, mise en pratique.</b>	21/02/2017
<b>Groupe d'échanges sur les repas, l'alimentation, l'équilibre alimentaire.</b>	14/03/2017
<b>Atelier cuisine partagé.</b>	18/04/2017
<b>Sortie aux jardins partagés de Léguevin, jardinage.</b>	09/05/2017
<b>Atelier d'informations sur les aides existantes pour vous soutenir au quotidien, en fonction de vos besoins.</b>	13/06/2017
<b>Sortie dans la Vallée de la Save, lieu à déterminer.</b>	11/07/2017

*Si vous avez des difficultés à vous déplacer, contactez-nous !*