PROCHES AIDANTS, SENIORS : UN PARCOURS D'ACCOMPAGNEMENT ET DE RÉPIT PRÈS DE CHEZ VOUS CET AUTOMNE



Accompagner un proche âgé au quotidien, qu'il s'agisse de l'aider pour les repas, les démarches administratives, les soins ou de lui apporter un soutien moral constant, est un engagement précieux. Cependant, cet investissement peut parfois mener à l'épuisement ou à l'isolement.

PARCE QUE PRENDRE SOIN DE L'AUTRE EST PRÉCIEUX, PRENDRE SOIN DE VOUS EST ESSENTIEL, le CIAS Piège Lauragais Malepère, la MSA Grand Sud, en partenariat avec les acteurs de la Charte des Aînés, se mobilisent pour vous proposer des solutions de proximité. **OSEZ VENIR RENCONTRER** des professionnels à votre écoute à travers les rendez-vous clés :

LA PARENTHÈSE, UNE OFFRE DE SERVICE INNOVANTE PRES DE CHEZ VOUS !

Le CIAS PLM lance « La Parenthèse », **un service expérimental, totalement pris en charge et inédit sur notre territoire.** Vous n'osez pas vous absenter par crainte de laisser votre proche seul ? Ce dispositif itinérant a été conçu pour vous.

Pendant que nos professionnels accueillent votre proche pour des activités adaptées et stimulantes sur l'Image de Soi et la Mémoire, **bénéficiez de 1H30 de répit.** Ce temps libre vous permettra de vous reposer, de réaliser vos démarches ou de participer à un atelier animé par le Médecin de la MSA Grand Sud ou par Sabine Reding, chargée de suivi des proches aidants.

Les **RENDEZ-VOUS DE 14H30 À 16H** dans votre secteur :

- **MERCREDI 4 NOVEMBRE :** Salle Blaché & Salle Conseil Municipal – 2 rue Courtine Amiel - FANJEAUX
- **MARDI 24 NOVEMBRE :** Salle de la Médiathèque - 2 Rue du 8 mai 1945 - BELPECH
- **MERCREDI 2 DÉCEMBRE :** relais communal - 34 route de Bram - salle polyvalente 564 route de Bram - CARLIPA
- **MARDI 15 DÉCEMBRE** : salle polyvalente et salle des fêtes (juste à côté) - chemin des sols - VILLENEUVE LES MONTRÉAL

***Inscription obligatoire** auprès du CIAS au **04 68 24 72 35** pour réserver une place et un transport personnalisé*

JOURNÉES PORTES OUVERTES

Pour vous guider, les Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes ouvrent leur portes et rassemblent en seul lieu les experts du secteur (maintien à domicile, offre d'hébergement, droits et démarches).

Ces rencontres vous permettront de comprendre la complémentarité des aides de répit et obtenir des réponses personnalisées. Rendez vous :

- **JEUDI 19 NOVEMBRE – 14H/16H : EHPAD FANJEAUX** - 12 chemin de Lacassaigne
- **MERCREDI 25 NOVEMBRE - 10H/16H :** conférence, ateliers immersifs & des ateliers permettant de se mettre dans la peau d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer **EHPAD du GARNAGUES** - 1 Bd de Curtis 11420 BELPECH



THÉÂTRE : « JE SUIS L'AUTRE »

Comment parler simplement et sans tabou ni complexe d'un sujet de société qui nous concerne ou nous concernera tous un jour ou l'autre, parents...amis...voisins...? Ce spectacle proposé par la compagnie Ergatica vous emportera dans une valse... Celle de la vie à contretemps de toutes celles et ceux, qui en arrivent à s'oublier, un peu, beaucoup, toujours avec respect et tendresse pour l'Autre aimé(e). Un témoignage serein et bienveillant, empli d'humour et de poésie.

À travers le trouble, voire la souffrance des Aidants, comment vit-on l'évolution d'un proche que l'on a toujours connu, aimé et qui de confusions en caprices devient quelqu'un d'autre, toujours le même et pourtant différent ?

Combien de temps encore nos sociétés toujours plus rapides et vieillissantes vont-elles méconnaître l'engagement et les efforts que nécessite le fait d'aider un parent ou un proche à mieux vivre, jour après jour ?

- **MERCREDI 18 NOVEMBRE – 14H/16H30 - *Entrée libre et Gratuite*** - Salle des Fêtes – Rue Léon Blum – 11150 VILLEPINTE



LA RÉSIDENCE LE GARNAGUÈS REDYNAMISE SON ACCUEIL DE JOUR !

La Résidence Le Garnaguès ouvre **SON ACCUEIL DE JOUR** à partir d'octobre, destiné aux personnes de 60 ans et plus vivant à domicile et atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.

Ce service propose un **accompagnement personnalisé, des activités adaptées et stimulantes, individuelles ou collectives, qui favorisent le maintien de l'autonomie, la préservation des capacités physiques et cognitives** ainsi que le lien social. Les activités sont proposées en fonction des capacités, des envies et du projet personnalisé de chaque personne accueillie, dans un environnement convivial et adapté.

L'accueil de jour est une véritable **solution de répit pour les aidants familiaux**, en leur permettant de bénéficier d'un temps de soutien tout en favorisant le bien-être de leur proche.

D'une capacité de 6 places, l'accueil de jour est ouvert du lundi au vendredi, de 9h00 à 16h30, à la journée ou à la demi-journée, hors jours fériés et périodes de fermeture annuelles. Le déjeuner et les collations sont proposés sur place dans le cadre d'un repas adapté aux besoins des personnes accueillies. **Un service de transport** est également proposé pour les personnes domiciliées dans un rayon de 15 km autour de l'établissement.

Pour plus d'informations, contactez la Résidence Le Garnaguès au 04 68 60 60 31. Vous pouvez aussi visiter et découvrir l'établissement au 1 Boulevard de Curtis, 11420 BELPECH

Espace Seniors du Département de l'Aude Lauragais
49 rue de Dunkerque – 11400 CASTELNAUDARY
Tél. : 04 68 23 71 90 - mail : eslauragais@aude.fr