



Le calendrier

Réunions de coordination

- Canton CHATEAUNEUF: Jeudi 9 Mars 2015 après midi.
- Canton de DINARD: Jeudi 19 Mars 2015 après midi
- Canton CANCALE: Lundi 23 Mars 2015 après midi

Prochaines permanences

- La Gouesnière: : Mardis 10, 17, 24, 31 Mars 2015
- Cancale: Jeudis 12 et 26 Mars 2015
- Châteauneuf: Jeudis 5 et 19 Mars 2015

Actions collectives à venir

Conférence: « Bien entendre pour vivre mieux »

Vendredi 12 Mars 2015

À 14h30

Espace culturel- Le Bief des Livres- 1 rue de la gare—LA FRESNAIS

Le CLIC de la Côte d'Émeraude, la ville de la Fresnais et l'association KEDITU vous invitent à une conférence sur la malentendance.

Programme:

- Un temps d'information:
 - Qu'est ce que la malentendance?
 - Quel impact sur votre vie quotidienne?
 - La dépendance auditive, quelles solutions y apporter?
 - Comment accepter l'appareillage? L'orthophoniste, une professionnelle souvent oubliée.
 - Quelles aides financières possibles?

- Un temps d'échange

Conférence gratuite et ouverte à tous.

Pour tous renseignements complémentaires:

CLIC Côte d'Émeraude—1 rue Henri Dunant- 35800 DINARD
02 99 16 88 76 / clic3-cote-emmaude@hotmail.fr



Actions collectives à venir

Ateliers Gym Aidant

1ère séance: le Vendredi 27 Mars 2015 à 14h00

La Richardais

Le CLIC de la Côte d'Emeraude, en partenariat avec Siel Bleu, propose l'activité Gym Aidant, qui regroupe un panel ciblé d'exercices physiques à double finalité. Il s'agit d'offrir un moment de répit, bien être et détente. L'objectif est aussi de vous enseigner des astuces qui vous permettront d'épargner votre propre corps au quotidien et de veiller sur la personne que vous accompagnez avec plus de sérénité

Objectifs:

- Réduire les effets négatifs du stress: détente et relaxation physique et psychologique
- Améliorer sa condition physique et sa posture
- Utiliser de manière sécurisée son corps dans la relation à l'aidé

Public concerné: Toutes personnes aidants un proche âgée, malade ou en situation de handicap.

Horaire de l'activité: De 14h à 15h30

Dates des prochaines séances:

Vendredi 27 Mars 2015
Vendredi 10 Avril 2015
Vendredi 24 Avril 2015
Vendredi 22 Mai 2015
Vendredi 12 Juin 2015
Vendredi 26 Juin 2015



Pour vous inscrire, contacter le CLIC de la Côte d'Emeraude au 02 99 16 88 76

1ère séance du Café des aidants

Mardi 31 Mars 2015 à 14h00

Café TARATATA—78 bd Wilon –35800 DINARD

La première séance du Café des Aidants aura pour thème « Aider un proche au quotidien » et sera animé par Mme NEDELEC, neuropsychologue à l'hôpital et la Résidence Arthur Gardiner et Mme LE BORGNE, coordinatrice du CLIC de la Côte d'Emeraude.

Les prochaines séances:

- **Mardi 28 Avril 2015:** S'appuyer sur les membres de sa famille pour accompagner son proches
- **Mardi 26 Mai 2015:** Pourquoi est-il indispensable de s'autoriser à se détendre? Et par quels moyens?
- **Mardi 30 Juin 2015:** Quels services à disposition des Aidants?

Pour tous renseignements complémentaires, contacter le CLIC de la Côte d'Emeraude au 02 99 16 88 76



Semaine d'information sur la santé mentale du 14 au 29 mars

La 26ème semaine d'information sur la santé mentale a pour thème cette année:

"L'adolescence parlons-en"

A cette occasion des manifestations sont organisées sur le département : conférences, réunions débats, films, expositions, pièces de théâtre...

Ces actions s'adressent à tous.

Pour découvrir le programme, rendez vous sur le site de la MDPH 35.

Source: http://www.mdph35.fr/sites/default/files/asset/document/programme_semaine_sante_mentale_2015.pdf



Appel à projets : création de places de service d'accompagnement pour adultes handicapés (Samsah)

Lundi 9 février 2015, le Département d'Ille-et-Vilaine et l'agence régionale de santé de Bretagne (ARS) lancent conjointement un appel à projets.

Objet de cet appel à projets : la création de 50 places de services d'accompagnement médico-social (SAMSAH) pour adultes en situation de handicap psychique sur le territoire brétilien. Ces places ouvriront courant 2016. Les dossiers de réponse sont à déposer avant le 21 mai 2015. Cahier des charges téléchargeable sur le site du CG.

Agir contre l'isolement des seniors : un appel à projets est lancé

La mutualité sociale agricole (MSA), le régime social des indépendants (RSI), la caisse d'assurance retraite et de santé au travail (Carsat), lancent un appel à projets commun par le biais de l'association Cap retraite Bretagne, pour les quatre départements bretons.

L'enjeu est de contribuer à la lutte contre l'isolement en faveur des publics retraités fragilisés ou à risque de perte d'autonomie.

Source: <http://www.carsat-bretagne.fr/actualites-partenaires/item/257-agir-contre-l-isolement-des-seniors-un-appel-a-projets-lance-par-cap-retraite-bretagne.html>

CARSAT Bretagne: Attestations fiscales dématérialisées.

Depuis le 1er Janvier, les attestations fiscales sont dématérialisées et 95% des ces courriers ne seront plus envoyés.

Depuis le 12 février, les assurés pourront, par le biais d'un accès sécurisé, contacter le serveur local interactif via le 3960 et obtenir le montant déclaré à l'administration fiscale.

Dès la fin du premier trimestre, ils pourront également vérifier cette information via leur espace personnel sur le site lassuranceretraite.fr

Pour plus de renseignements: <http://www.carsat-bretagne.fr/retraites/le-paiement-de-votre-retraite/votre-declaration-fiscale.html>

A lire!

La vieillesse n'est pas une maladie. Le Dr Alain Jean critique la maladie d'Alzheimer

"Bonjour monsieur"

Notre société ne supporte pas la vieillesse. "Il faut du courage pour être très vieux", affirme le médecin Alain Jean qui travaille en gériatrie à l'Hôpital La Rochefoucauld à Paris.

Il souligne les regards dépréciatifs que nous portons sur les vieilles personnes, les pertes et les épreuves qu'elles traversent, les maladies, les douleurs qu'elles endurent, les angoisses, la mort qui pointe... On sait juste les utiliser quand il faut qu'elles votent bien.

Seuls le chien et les enfants dans la maison de retraite ne détournent pas leur regard des vieilles personnes.

La maladie d'Alzheimer est la peste noire des temps modernes, estime Alain Jean. Ultra-connectée, ultra-individualiste et jeuniste cette société... La maladie lui inspire une terreur légitime.

La science ne lâche pas la liberté de ceux qui perdent la tête. Pourquoi ?

Les traitements actuels n'ont pas prouvé leur "service médical rendu", rappelle le médecin.

Mais quand c'est sa propre mère qui dit "Bonjour monsieur", c'est une sidération. Son franc sourire envers lui restera dans les mémoires.

Source: <http://www.agevillagepro.com/actualite-12264-1-alzheimer-vieillesse-maladie-docteur-alain-jean.html>



Les clés de l'aide à domicile, de René Raguénès

L'aide aux personnes en perte d'autonomie, à domicile, est un exercice périlleux, qui doit trouver son équilibre entre le respect de la dignité de la personne, l'investissement durable des aidants décrits comme "familiers" plutôt que familiaux, et le juste positionnement des intervenants professionnels. Pas simple.

Pour aider les professionnels, mais aussi les personnes âgées et leurs aidants, l'ouvrage de René Raguénès "Les clés de l'autonomie", publié aux éditions L'Harmattan, est un outil précieux. Il propose un accompagnement clarifiant les besoins (les neuf clés de l'accompagnement dont l'affirmation des attentes ou l'acceptation des aides), définit le cadre de l'intervention, ses limites (comportementales, matérielles, psychologiques, en matière de santé...) et ses "transgressions", inhérentes à chaque situation et justifiées ici sur un registre d'humanité. Pas question bien entendu de réinventer les codes et règles du métier, de faire fi des référentiels qualité...

Et cet ouvrage met en avant une qualité première de l'aide à domicile : l'écoute. L'écoute bienveillante et humaine, qui consiste à entendre la plainte, même si elle est répétée, pour soulager et lutter contre l'exclusion sociale dans laquelle les personnes fragilisées se placent.

Source: <http://www.agevillagepro.com/actualite-12179-1-domicile-cles-aide-rene-raguenes.html>

