

# Les «je dis» des aidants à Pibrac



Le réseau de partenaires  
vous accompagne  
durant tout le programme :

Domaine de la Cadène, ADMR,  
CARSAT, CCAS de Pibrac et MSA  
Midi-Pyrénées Sud.

## Se renseigner et s'inscrire \_\_\_\_\_

La plateforme d'accompagnement  
et de répit des aidants

05 34 40 43 70

plateforme@domainedelacadene.fr

Le CCAS de Pibrac

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 vivent au  
quotidien la maladie d'Alzheimer  
ou apparentée

## Les jeudis des aidants à Pibrac



Entrée gratuite

Des temps conviviaux pour s'informer,  
échanger et se ressourcer

Un jeudi 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.

Réalisation service communication MSA MPS - Crédit photos CCMSA



# 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 (assistantes sociales, assistantes en gérontologie, infirmières, médecins,...) pour proposer différents temps de rencontre.

## Nos propositions

### Les jeudis de l'info

Des temps d'information et d'échanges, animés par un professionnel spécialiste du thème avec lequel vous pourrez échanger librement.

### Les jeudis pause-café

Dans un cadre convivial, les aidants partagent et s'apportent conseil et soutien en présence d'une psychologue gérontologue (*Emmanuelle Ballarin*) et une infirmière sociologue (*Monique Garnung*).

### Les jeudis détente (sur inscription)

Un moment de plaisir pour les aidants et leurs proches malades.

### + Le relais mémoire (sur inscription auprès de la plateforme d'accompagnement)

Vous pouvez également venir accompagné de votre proche malade lors des jeudis de l'info et/ou des jeudis pause-café ; il sera accueilli par une aide soignante spécialisée en gérontologie ; diverses activités de détente lui seront proposées.



# Le calendrier 2014 - 2015

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

### Jeudi 16 octobre 2014 : les jeudis de l'info

Un point sur la maladie d'Alzheimer.

*Dr Micas, médecin gérontologue, France Alzheimer.*

### Jeudi 13 novembre 2014 : les jeudis pause-café

«Il ne veut plus rien faire... je ne reconnais plus mon proche».

### Jeudi 18 décembre 2014 : les jeudis détente (proches et malades)

Gym adaptée aux capacités de chacun.

*Animatrices spécialisées (Association SIEL BLEU).*

### Jeudi 22 janvier 2015 : les jeudis de l'info

Les aides et les droits pour vous soutenir au quotidien.

*Marielle Corentin, assistante sociale CARSAT et Aurélie Noail, assistante sociale MSA MPS, Véronique Nahmias, infirmière coordinatrice SSIAD-ADMR, Marie-Christine Aurel, ADMR.*

### Jeudi 26 février 2015 : les jeudis pause-café

«Aider n'est pas naturel... comment faire avec toutes ces émotions : se faire aider ou pas ?»

### Jeudi 19 mars 2015 : les jeudis détente (proches et malades)

Atelier sucré selon l'humeur de la saison.

*Cathy Bosque, conseillère en économie sociale et familiale du Centre Social.*

### Jeudi 9 avril 2015 : les jeudis de l'info

«Face aux troubles psychologiques et comportementaux, comment faire ? comment être ?»

*Emmanuelle Ballarin, psycho-gérontologue.*

### Jeudi 21 mai 2015 : les jeudis pause-café

«Je ne comprends pas son comportement».

### Jeudi 11 juin 2015 : les jeudis de l'info

Décider pour son proche : les répercussions de la maladie sur les relations familiales et les dispositifs juridiques.

*Emmanuelle Ballarin, psycho-gérontologue, Monique Garnung, infirmière sociologue et Laetitia Larroque, assistante sociale CCAS Pibrac.*

### Jeudi 17 septembre 2015 : les jeudis détente (proches et malades)

Les bienfaits du rire : venez découvrir le yoga du rire.

*Jean-Pierre Bertrand de l'école Kataria.*

### Jeudi 15 octobre 2015 : les jeudis pause-café

«Entre crainte pour l'autre et respect de sa liberté : j'ai peur pour lui, pour moi...»

### Jeudi 20 novembre 2015 : les jeudis détente (proches et malades)

Un peu d'évasion... pique-nique dans un lieu magique et nous ferons ensemble le bilan de cette année.

