



CLIC

des Sources

Le journal

Septembre 2024 - n° 4



DOSSIER P.2
La journée des aidants
Le 7 novembre à Sainte-Ménéhould

Retour sur ...
Les rencontres avec les distributeurs



Les ateliers proposés
Les actions d'octobre à décembre



Centre Intercommunal
d'Action Sociale de la
Région de Suippes



DOSSIER

La journée des aidants

Le 7 novembre à Sainte-Ménehould

Aider un proche en perte d'autonomie ou en situation de handicap au quotidien porte un nom : aidant. De plus en plus de Français y sont confrontés tous les jours. Accompagner régulièrement un proche en situation de fragilité liée à la perte d'autonomie ou d'un handicap ne se décide pas. La plupart du temps, les circonstances de la vie nous engagent dans ce nouveau rôle, sans l'avoir choisi.

Aussi, le Comité Action Sociale Agirc-Arrco Nord Est, en partenariat avec le Conseil Départemental de la Marne, le CLIC des Sources, le CLIC de l'Argonne et de nombreux partenaires, ont le plaisir de vous inviter à la manifestation : « Bien avec moi, mieux avec toi ».

Au programme :

● 9h30 - 12h : Forum des aidants

avec ses stands d'informations, ateliers, animations, table ronde...venez découvrir des activités favorisant votre bien-être et votre santé et vous informer sur des dispositifs de soutien et de répit.

● 12h - 13h40 : Pause repas

plateau repas à 10€/pers. sur réservation uniquement au CLIC
Chèque à l'ordre du Trésor Public ou espèces avant le 23 octobre 2024

● 13h45 -15h15 : Projection du film « Chamboultout », avec Alexandra Lamy et José Garcia, dans lequel Béatrice raconte l'accident de son mari qui a bouleversé leur vie.

● 15h15 -17h : Temps d'échanges et de partage

sur la reconnaissance des aidants et comment les "aider à prendre soin d'eux et d'elles", animé par le Docteur Anne Malouli, gériatre.

Le jeudi 7 novembre 2024
à 9h30 à 17h (accueil dès 9h)
à la salle des fêtes Cité Valmy,
allée des Cuirassiers
51800 Sainte-Ménehould



Informations pratiques :

Pour vous permettre de profiter pleinement de cette manifestation un accueil des aidés vous est proposé sur place par les Haltes Répits et accueil de jour. Pour les aidants ayant à charge des enfants en bas âge, un service de garderie peut être mis à disposition.

Un service de transport peut être mis en place à votre demande.

Vous souhaitez participer à « Bien avec moi, mieux avec toi », remplissez le formulaire d'inscription, jusqu'au 23 octobre :
En scannant le QR Code suivant



Directement en ligne sur :
www.agirc-arrco.fr/mes-services-particuliers/je-participe-a-un-evenement/
où vous retrouverez désormais l'ensemble des événements que nous organisons près de chez vous.

Si vous rencontrez des difficultés lors de votre inscription, si vous souhaitez vous renseigner ou être accompagné pour vous inscrire, n'hésitez pas à contacter le CLIC des Sources.



Le CLIC

avant tout un service d'accompagnement individuel

Situé au cœur de la ville de Suippes, au 15 place de l'Hôtel de Ville, le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) offre un service conçu spécifiquement pour les personnes âgées de 60 ans et plus ainsi qu'à leur entourage.

● **L'accès aux droits** : Vous écouter, vous informer, vous conseiller sur vos droits, vous renseigner et vous orienter vers les services existants.

● **L'accès aux soins et aux services** : Vous orienter vers les prestations de soins de santé et autres services nécessaires.

● **Accompagnement dans les situations complexes** : Proposer des solutions dans différents domaines tels que l'aide à domicile, les aides financières, les structures, d'hébergement, etc.

Les coordinatrices Mesdames Estelle OLIVIER et Floriana BUISSON (assistante de service social et éducatrice spécialisée) sont présentes pour vous accompagner de manière individuelle et personnalisée dans différentes démarches soit dans les locaux du CLIC, soit à votre domicile.

Pour l'accompagnement individuel

Permanences téléphoniques
du lundi au vendredi
de 8H30 à 12H et de 13h30 à 17h.

Estelle OLIVIER au 03 26 63 54 48 ou
Floriana BUISSON au 03 26 63 54 47

15 place de l'Hôtel de ville 51600 Suippes
clic@cc-regiondesuippes.com

Retour sur le point d'étape avec les distributeurs...

Les 4 rencontres programmées en Juin et Juillet sur les 4 secteurs que couvre le CLIC ont réuni 23 distributeurs et ont permis de faire le point sur le journal et sur sa distribution.

Tous les avis convergent sur le fait que le journal doit rester dans ce format (A4), apportant un confort de lecture, qu'il est clair, aéré, coloré.

La distribution « toutes boîtes aux lettres » des + 60 ans est un bon moyen de communication qu'il faut poursuivre, le contenu étant intéressant : (ateliers proposés et/ ou articles de fond).

Enfin, la fréquence de parution à raison de 3 par an est à maintenir.

Les remarques et les suggestions vont nous permettre d'améliorer votre journal !

A cette occasion, les personnes ont signé le renouvellement de leur engagement pour un an et partagé le verre de l'amitié.

Nous les remercions encore pour leur dévouement et leur travail !



Atelier «Mémoire» à Aubérive

Les prochaines actions collectives

EN OCTOBRE

MARDI 15 OCTOBRE DE 14H30 À 17H
Grande salle de réunion à la Communauté de Communes de la Région de Suippes

La mutualité française propose un débat théâtral « Au creux de l'oreille » avec la Cie « Entrée de Jeu »



Après 50 ans, une personne sur trois a des difficultés auditives. La baisse de l'audition qui accompagne souvent le vieillissement peut devenir très handicapante : isolement social, mise en danger de soi-même et d'autrui, déficit de confiance en soi... Face à ce constat, la Mutualité Française Grand Est propose ce débat théâtral ayant pour objectifs de :

- Favoriser l'échange et le partage autour de solutions sur la santé auditive des seniors
- Informer et orienter les participants vers les soins si nécessaire

Présence d'un audioprothésiste.

Ouvert à tous ! Gratuit sur inscription au CLIC jusqu'au 10 octobre

JEUDI 17 OCTOBRE DE 14H À 17H COURTISOLS

Présence du CLIC à l'occasion des portes ouvertes France Services .

Pour les actions collectives

Isabelle PERSON au 03 26 70 55 46
i.person@cc-regiondesuippes.com

Permanences téléphoniques
du lundi au vendredi
de 8H30 à 12H et de 13h30 à 17h
Sauf les mercredis après-midi

EN NOVEMBRE / DÉCEMBRE

JEUDI 7 NOVEMBRE DE 9H À 17H SALLE DU QUARTIER VALMY À STE MÉNÉHOULD

Journée des aidants sur inscription (Cf P3)

**DU JEUDI 14 NOVEMBRE
AU JEUDI 19 DÉCEMBRE DE 14H À 16H
SALLE DE L'ÉCOLE (PRÈS DE LA MAIRIE) À BACONNES**

Néosilver propose aux futurs et jeunes retraités un atelier « Bienvenue à la retraite.

Durant 6 Jeudi consécutifs soit : 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12 et 19/12

- s'informer sur l'accès à l'ensemble de leurs droits sociaux,
- se donner les moyens et les clés pour vivre en bonne santé, heureux et autonomes le plus longtemps possible,
- faire émerger des idées et envies, se lancer dans un nouveau projet et renforcer leur pouvoir d'agir.

Inscriptions au CLIC jusqu'au 4 novembre

**VENDREDI 15 NOVEMBRE
9H30/12H ET 13H/16H30 À LA SALLE DU CONSEIL COMMUNAUTAIRE (ENTRÉE FACE AU CENTRE CULTUREL JEAN HUGUIN)**
Atelier « restons mobiles » avec l'association prévention routière

Sensibilisation et informations sur les risques et la prévention des accidents de la route, révision du code de la route, point sur les nouveautés du code de la route et des infrastructures et prise en compte les réalités physiques de la conduite.

- **Distracteurs** : Prendre conscience du risque que représente l'utilisation d'un smartphone ou d'un GPS en se déplaçant.
- **Tous piétons** : Se déplacer à pied en sécurité.
- **Atelier alcool** : Sensibiliser aux risques routiers liés à l'alcool et à ses effets sur la perception visuelle et la coordination des mouvements.

Repas tiré du sac pour celles ou ceux qui le souhaitent

Inscription au CLIC jusqu'au 8 novembre