

S'inscrivant dans la démarche MONALISA, l'objectif des sorties culturelles et de loisirs est de permettre à la personne en situation d'isolement de créer un nouveau tissu social qu'elle sera à même de conserver à l'issue des différentes actions. Il s'agit de rompre l'isolement tout en alliant la notion de plaisir et de partage.

Sorties à destination des personnes âgées domiciliées sur l'agglomération bayonnaise (BAB) et le canton de Saint-Pierre d'Irube

Exemples de proposition de sorties :

Cinéma, visites de Musées, repas, spectacles, promenades en bateau, goûters.....



CLIC

**CENTRE LOCAL D'INFORMATION et DE
COORDINATION GERONTOLOGIQUE**

**24 BIS BOULEVARD ALSACE LORRAINE
64100 BAYONNE**

**Du Lundi au Vendredi
8h30 à 12h et de 13h30 à 17h**

**Tél. : 05 59 50 80 30
Fax : 05 59 50 09 76**

clic.ccas@bayonne.fr



APPEL A INITIATIVES

Le Programme du CLIC de Bayonne :

**« PREVENTION SANTE, PROXIMITE, LIEN
SOCIAL »**

Une conférence des financeurs de la perte d'autonomie, dont la présidence est confiée au Président du Conseil Départemental, a été créée dans chaque département en vertu de la loi d'adaptation de la société au vieillissement.

Elle a pour mission de définir un programme coordonné de financement d'actions de prévention à l'attention des personnes âgées.

Le CLIC s'engage dans la promotion d'actions collectives sur le territoire et propose une offre de prévention diversifiée afin d'améliorer et maintenir la qualité de vie à leur domicile des personnes âgées, des plus isolés et dépendants notamment.

Quatre ateliers vont être menés tout au long de l'année sur les territoires dont les thématiques sont décrites ci-après.



L'ESTIME DE SOI POUR MIEUX VIEILLIR

« Parce que l'estime de soi est associée au bien être psychologique et à la santé physique, susciter l'estime de soi serait un moyen idéal pour aider à prévenir les problèmes de santé ». Pr Sarah Liu

Les soins du visage et du corps revalorisent, rassurent et redonnent un peu de vie sociale, en améliorant le moral et l'image de soi. Cette action vise également à rétablir un contact verbal et sensoriel.

Atelier proposé aux personnes âgées en perte d'autonomie (degré de dépendance GIR 3-4)



Commune de Saint Pierre d'Irube

Calendrier Prévisionnel :

1 séance une fois par mois

Le vendredi après midi de 15h00 à 17h00

Période : de mai 2017 à janvier 2018
(Hors vacances scolaires)

Salle d'Harretche, 19 allée des Mimosas,
64990 Saint Pierre d'Irube

ALIMENTATION ET SPORT : LA RECETTE D'UNE BONNE HYGIENE DE VIE

Il s'agit de donner leur juste place à l'éducation thérapeutique et à la prévention. La régression du nombre de décès d'origine cardio-vasculaire en France est notamment liée aux efforts menés en matière de prévention. Il faut particulièrement être attentif à sensibiliser les patients aux facteurs de risques.

L'idée est de guider la personne âgée dans l'apprentissage de son nouveau mode de vie.

Entourée de professionnels, la personne participera à un cycle de 7 ateliers d'info-santé et ludiques, animés par une équipe composée de cardiologue, médecin, diététicien, kinésithérapeute, ergothérapeute, éducateur sportif, cuisinier...

Atelier proposé aux personnes âgées de plus de 60 ans



Commune de Saint Pierre d'Irube

Calendrier Prévisionnel :

Du 15 mai au 26 juin 2017

1 séance par semaine

Période : durant 7 semaines
(Hors vacances scolaires)

Salle d'Harretche, 19 allée des Mimosas,
64990 Saint Pierre d'Irube

SANTE ET TANGO ARGENTIN

La danse offre la plus grande réduction de risque parmi toutes les activités pratiquées, sur les plans physiques et cognitifs.

Une professionnelle de danse de Tango Argentin propose des ateliers permettant de réveiller et stimuler la mémoire, de retrouver le plaisir par la musique et de renouer avec des sensations corporelles.

Les séances s'articuleront autour d'un **travail individuel** : marche, équilibre, gestion de l'espace... ; et d'un **travail sur les bases du mouvement dansé** : concentration, mémorisation, travail à deux, prise de contact, musicalité ; un espace temps de partage.

Atelier proposé aux personnes âgées en perte d'autonomie (degré de dépendance GIR 1-6)



Commune de Saint Pierre d'Irube

Calendrier Prévisionnel :

1 séance une fois par mois

Le lundi après midi de 15h30 à 17h30

Période : de mai 2017 à janvier 2018
(Hors vacances scolaires)

Salle d'Harretche, 19 allée des Mimosas,
64990 Saint Pierre d'Irube