

# Commission des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie du Gers



## Le Département du Gers aux côtés des séniors de 60 ans ou plus !

Actions collectives de prévention 2025

Communauté de communes  
Bastides et Vallons du Gers

*Service Information Coordination de l'Autonomie  
Département du Gers - DGAS - DPA  
14, place du Maréchal Lannes 32000 AUCH*



Le Département du Gers et ses partenaires de la Commission des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie vous présentent les actions de prévention qui se dérouleront près de chez vous en 2025.

Ces actions visent à améliorer la qualité de vie des retraités et des personnes âgées et concourent à la lutte contre les effets du vieillissement.

Les séniors pourront ainsi participer gratuitement et tout au long de l'année à diverses activités comme l'activité physique adaptée, l'entretien de la mémoire, la préservation d'un sommeil de qualité, la nutrition, la prévention routière, les conseils sur l'aménagement du logement, etc...

Je souhaite à toutes et à tous que ces actions puissent répondre à vos attentes.

**Charlette BOUE**  
**Conseillère départementale**  
**Présidente de la commission Solidarité**



## SOMMAIRE

Récapitulatif des actions collectives de prévention à domicile .....	1
« Aliment et vous» .....	2
« Sensibiliser sur le cohabitation intergénérationnelle » .....	3
« Gardons le volant » .....	4
Soutien psychosocial individuel pour les aidants.....	5
Dispositif Facilit'ma vie 32 .....	6

## Actions collectives de prévention



### Actions collectives de prévention en faveur des personnes âgées de 60 ans ou plus vivant à domicile

Action	Thématique	Porteur	Commune
« Aliment et vous »	Nutrition	CIAS Marciac Plaisance	Plaisance
« Sensibiliser sur la cohabitation intergénérationnelle »	Habitat et cadre de vie	Maillâges	Marciac, Plaisance
« Gardons le volant »	Sécurité routière	CIAS Marciac Plaisance	Couloumé-Mondebat, Ladevèze-Ville, Laveraët, Marciac, Monlezun, Plaisance, Saint-Aunix-Lengros, Saint-Justin, Tasque, Tillac



# Actions collectives de prévention

## « Aliment et vous »

- ❖ **Porteur** : CIAS Marciac-Plaisance
- ❖ **Thématique** : nutrition
- ❖ **Objectif principal** : améliorer la santé globale et la qualité de vie à travers une alimentation consciente et adaptée.
- ❖ **Contenu de l'action** :
  - 1<sup>ère</sup> séance : base théorique sur l'alimentation équilibrée ;
  - 2<sup>ème</sup> séance : journée et rythme alimentaire, les grands principes pour la réalisation des menus ;
  - 3<sup>ème</sup> séance : l'alimentation adaptée à l'âge. Hydratation ;
  - 4<sup>ème</sup> séance : alimentation et pathologie (principales pathologies métaboliques et chroniques). Dénutrition ;
  - 5<sup>ème</sup> séance : réalisation de recettes simples.
- Animé par un diététicien nutritionniste
- ❖ **Nombre d'ateliers** : 1
- ❖ **Nombre séances par atelier** : 5
- ❖ **Durée séance** : 2h
- ❖ **Nombre total de séances** : 5
- ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 10
- ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 10
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Bastides et vallons du Gers
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Plaisance
- ❖ **Calendrier** : second semestre
- ❖ **Mobilité** : par le biais des auxiliaires de vie du SAAD
- ❖ **Inscription** : CIAS Marciac-Plaisance : 05.62.08.25.06 / [cias@ccbvg.fr](mailto:cias@ccbvg.fr)



# Actions collectives de prévention

## « Sensibiliser sur la cohabitation intergénérationnelle »

- ❖ **Porteur** : Maillages
- ❖ **Thématique** : habitat et cadre de vie
- ❖ **Objectif principal** : lutter contre l'isolement, permettre le maintien à domicile grâce à la cohabitation intergénérationnelle.
- ❖ **Contenu de l'action** :  
Pièce de théâtre « adopte un jeune.com » suivi d'un débat autour de la cohabitation intergénérationnelle.  
Partenariat avec l'OPH32 qui va communiquer auprès de ses locataires.  
Pièce jouée par le Directeur de Maillages.
- ❖ **Nombre d'ateliers** : 19
- ❖ **Nombre séances par atelier** : 1
- ❖ **Durée séance** : 2h00
- ❖ **Nombre total de séances** : 19
- ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 40
- ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 760
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Grand Armagnac, Bastides et vallons du Gers, Cœur d'Astarac en Gascogne, La Lomagne Gersoise, Grand Auch, Astarac Arros en Gascogne, D'Artagnan en Fezensac, Val de Gers, Coteaux Arrats Gimone, Du Savès.
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Eauze, Marciac, Mirande, Fleurance, Auch (x2), Pavie, Ordan Larroque, Castin, Lectoure, Plaisance, Miélan, Villecomtal sur Arros, Vic-Fezensac, St Jean le Comtal, Gimont, Samatan, Duran, Pessan.
- ❖ **Calendrier** : sur l'année
- ❖ **Inscription** : Pierre De NODREST : 07.82.53.88.04 / [pierre.denodrest@gmail.com](mailto:pierre.denodrest@gmail.com)



# Actions collectives de prévention

## « Gardons le volant »

- ❖ **Porteur** : CIAS Marciac-Plaisance
  - ❖ **Thématique** : sécurité routière
  - ❖ **Objectif principal** : contribuer au maintien de l'autonomie des seniors au volant en favorisant leur sécurité.
  - ❖ **Contenu de l'action** :
    - Remise à niveau du code de la route ;
    - Mise en situation sur simulateur de conduite ;
    - Prise de décision dans l'urgence en situation de conduite.
- L'animateur est un professionnel de l'association CAPSECUR, enseignant certifié par le Brevet pour l'exercice de la profession d'enseignant de la conduite automobile et de la sécurité routière.
- ❖ **Nombre d'ateliers** : 10
  - ❖ **Nombre séances par atelier** : 1
  - ❖ **Durée séance** : 3h
  - ❖ **Nombre total de séances** : 10
  - ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 20
  - ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 200
  - ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Bastides et vallons du Gers
  - ❖ **Lieu de l'action par communes** : Couloumé-Mondebat, Ladeveze-ville, Laveraet, Marciac, Monlezun, Plaisance, Saint-Aunix Lengros, Saint-Justin, Tasque, Tillac.
  - ❖ **Calendrier** : un atelier par mois pendant 10 mois
  - ❖ **Mobilité** : covoiturage
  - ❖ **Inscription** : CIAS Marciac-Plaisance : 05.62.08.25.06 / [cias@ccbvg.fr](mailto:cias@ccbvg.fr)

# Soutien psychosocial individuel



## Un soutien psychosocial individuel pour les proches aidants

Cet accompagnement propose un espace d'écoute permettant à l'aidant de s'exprimer en toute liberté et de pouvoir verbaliser son ressenti, ses émotions et la façon dont il vit au quotidien son rôle d'aidant. Le proche aidant peut bénéficier d'un soutien psychologique lorsqu'il doit faire face à une situation difficile et source de souffrance (placement du proche en maison de retraite, décès, avancée dans la maladie etc.) mais aussi en cas d'épuisement physique et/ou psychologique. Ce soutien est gratuit et ponctuel (5 séances). Il peut être réalisé au domicile de l'aidant ou à l'extérieur (au choix de l'aidant).

Nom Prénom du psychologue	Adresse du cabinet	Numéro de téléphone	Mail	Communautés de communes d'intervention à domicile
<b>MATHIEU</b> Céline	1, rue Châteaudun 32000 AUCH	06 30 90 65 61	<a href="mailto:cel.mathieu32@gmail.com">cel.mathieu32@gmail.com</a>	D'Artagnan en Fezensac Lomagne Gersoise Grand Auch cœur de Gascogne
<b>MENACQ</b> Bernard	Maison de santé 14, bis Rue de la poste 32110 NOGARO	06 73 20 39 27	<a href="mailto:bmenacq@wanadoo.fr">bmenacq@wanadoo.fr</a>	Grand Armagnac Bas Armagnac Armagnac Adour Bastides et Vallons du Gers
<b>MOHAND</b> <b>CAUNEILLE</b> Zobida	8, place de l'hôtel de ville 32220 LOMBEZ	07 83 61 58 45	<a href="mailto:zocau32@gmail.com">zocau32@gmail.com</a>	Grand Auch Cœur de Gascogne Bastides de Lomagne Coteaux Arrats Gimone Du Savès Gascogne Toulousaine
<b>PM CONSEILS</b> <b>FAUCOMPRESZ</b> Corinne	10, rue de Juillan 32000 AUCH	06 49 34 20 90	<a href="mailto:pm.conseils-cf@orange.fr">pm.conseils-cf@orange.fr</a>	Ensemble du département
<b>BORDES</b> <b>FOURGEAUD</b> Virginie	13, bis rue Nationale 32200 GIMONT	06 42 56 94 44	<a href="mailto:virginie.fourgeaud@sfr.fr">virginie.fourgeaud@sfr.fr</a>	Coteaux Arrats Gimone Val de Gers Du Savès





## FACILIT'MA VIE 32

est là pour vous aider et établir un diagnostic de vos besoins !

### FACILIT'MA VIE 32, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Composée d'**ergothérapeutes** et d'**assistantes sociales du Département**, cette équipe vous accompagne dans la mise en place d'**aides techniques** pour compenser une **perte d'autonomie** ou faciliter certains actes de la vie quotidienne.



Des difficultés à accomplir certains gestes du quotidien ?

A vous déplacer dans la maison ?

A vous repérer dans le temps ?

A communiquer avec vos proches ?

## • POUR QUI ?

Personnes âgées de + de 60 ans.

## • QUI CONTACTER ?

- › Le professionnel intervenant auprès de vous (aide à domicile, médecin, infirmier...)
- › Le Centre Local d'Information et de Coordination au **05.62.67.40.93**

## • COMMENT ?

Un ergothérapeute recevra votre demande et prendra contact avec vous. Il se rendra à votre domicile pour faire une évaluation de vos besoins et effectuer des préconisations d'aides techniques. A réception du devis établi par le fournisseur choisi, l'ergothérapeute vérifiera sa conformité et l'assistante sociale du Département sera à votre disposition pour trouver les financements possibles.

A la livraison des aides techniques, l'ergothérapeute reviendra vous accompagner dans la prise en main lors d'une nouvelle visite.

Vous serez enfin recontacté à 3 mois pour faire le point sur votre adaptation à l'aide.

## • OÙ INTERVIENT FACILIT'MA VIE 32 ?

Sur tout le département du GERS.

## • COMBIEN ÇA COÛTE ?

L'intervention des professionnels est **gratuite** et **sans intérêt commercial**.

