

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 Du Savès



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
« Améliorer le sommeil »	2
« Le jeudi à la maison de santé, c'est atelier. »	3
« Sensibiliser sur la cohabitation intergénérationnelle »	4
« Information sur les droits de succession »	5
« Former aux gestes de secourisme »	6
Soutien psychosocial individuel pour les aidants.....	7
Dispositif Facilit'ma vie 32	8

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
« Améliorer le sommeil »	Sommeil	Chemins Opaline	Cazaux-Savès
« Le jeudi à la maison de santé, c'est atelier. »	Bien être et estime de soi	Maison de santé du Bassin de la Save	Samatan
« Sensibiliser sur la cohabitation intergénérationnelle »	Habitat et cadre de vie	Maillâges	Lombez
« Information sur les droits de succession »	Accès aux droits	SAAD Gestes	Samatan
« Former aux gestes de secourisme »	Accès aux droits	UFOLEP 32	Polastron, Samatan



Actions collectives de prévention

« Démarche de santé communautaire pour améliorer le sommeil des personnes de plus de 60 ans »

- ❖ **Porteur** : Chemins Opaline
- ❖ **Thématique** : sommeil
- ❖ **Objectif principal** : favoriser le sommeil des séniors
- ❖ **Contenu de l'action** : Suite à une conférence sur le sommeil animé par un médecin :
 - 1 atelier de 4 séances d'échanges sur le sommeil pour progresser dans la connaissance de son propre sommeil. Animé par une pharmacienne ;
 - 1 atelier de 4 séances d'activité physique adaptée. Animé par une enseignante en APA ;
 - 1 atelier de 4 séances de démarche psycho corporelle visant quelques manœuvres d'automassage. Animé par un kinésithérapeute ;
 - 1 atelier de 4 séances d'hypno-relaxation animé par un infirmier hypno-praticien.
- ❖ **Nombre d'ateliers** : 1
- ❖ **Nombre séances par atelier** : 16
- ❖ **Durée séance** : 1h30
- ❖ **Nombre total de séances** : 16
- ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 12
- ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 20
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Du Savès
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Cazaux-Savès
- ❖ **Calendrier** : sur l'année
- ❖ **Mobilité** : covoiturage
- ❖ **Inscription** : M. Patrick BODART : chemins.opaline@gmail.com



Actions collectives de prévention

« Le jeudi à la maison de santé, c'est atelier »

- ❖ **Porteur** : Maison de santé du bassin de la Save
- ❖ **Thématique** : bien-être et estime de soi
- ❖ **Objectif principal** : maintenir l'autonomie et le bien vieillir par des activités diverses.
- ❖ **Contenu de l'action** :

L'ensemble des séances seront co-animées par une infirmière Asalée

 - 1 séance présentation de l'action, présentation ICOPE, proposition de passage du step 1 ;
 - 2 séances d'art-thérapie animées par une psychologue ;
 - 3 séances d'activité physique adaptée et prévention des chutes par un kinésithérapeute ;
 - 7 séances de stimulation cognitive animées par une infirmière ;
 - 1 séance sur l'alimentation adaptée à l'âge animée par une diététicienne ;
 - 1 séance sur le sommeil de qualité animée par un médecin généraliste spécialisé dans le sommeil ;
 - 2 séances de musicothérapie animées par une musicothérapeute ;
 - 2 séances de prévention routière animées par un moniteur d'éducation routière ;
 - 2 séances de sophrologie animées par une sophrologue ;
 - 1 séance de prévention chutes et chaussage animée par une pédicure-podologue ;
 - 3 séances de co-construction avec les usagers de la maison de santé, des actions de prévention pour 2026 ;
 - 1 séance de bilan et passage du test ICOPE (intervalle de 8 mois entre les 2 tests).

De nouveaux participants peuvent intégrer le parcours tout au long des 9 mois.
- ❖ **Sensibilisation Icope** : oui par infirmière formée à ICOPE Step 1 et 2
- ❖ **Nombre d'ateliers** : 1
- ❖ **Nombre séances par atelier** : 26
- ❖ **Durée séance** : 1h30
- ❖ **Nombre total de séances** : 26
- ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 15
- ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 20
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Du Savès
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Samatan
- ❖ **Calendrier** : sur l'année
- ❖ **Mobilité** : covoiturage
- ❖ **Inscription** : Martine BONNET : 06.56.67.44.33 / mbonnet.asalee@gmail.com



Actions collectives de prévention

« Sensibiliser sur la cohabitation intergénérationnelle »

- ❖ **Porteur** : Maillages
- ❖ **Thématique** : habitat et cadre de vie
- ❖ **Financement année précédente** : oui
- ❖ **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



Actions collectives de prévention

« Information sur les droits de succession »

- ❖ Porteur : SAAD GESTES
- ❖ Thématique : accès aux droits
- ❖ Objectif principal : favoriser l'accès aux droits des usagers du SAAD.
- ❖ Contenu de l'action :
 - L'option successorale ;
 - La dévolution légale et volontaire ;
 - Le viager ;
 - La protection juridique des majeurs.

Animé par une juriste du CIDFF et un intervenant social du commissariat et de la gendarmerie du Gers.

- ❖ Nombre d'ateliers : 1
- ❖ Nombre séances par atelier : 1
- ❖ Durée séance : 2h
- ❖ Nombre total de séances : 1
- ❖ Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier : 15
- ❖ Nombre total de bénéficiaires sur le projet : 15
- ❖ Lieu de l'action par EPCI : Du Savès
- ❖ Lieu de l'action par communes : Samatan
- ❖ Calendrier : 1^{er} semestre 2025
- ❖ Mobilité : possibilité d'accompagnement par aides à domicile de GESTES
- ❖ Inscription : Mme Nadine SAINT-BLANCART : 05.62.07.82.73
direction.saad@gestes-saves.fr



Actions collectives de prévention

« Former aux gestes de secourisme »

- ❖ **Porteur** : UFOLEP 32
- ❖ **Thématique** : Accès aux droits
- ❖ **Objectif principal** : formation de prévention et secours civiques de niveau 1.
- ❖ **Contenu de l'action** : formation de 7h00 sur les thématiques suivantes : Prévention des accidents de la vie courante, protection-alerte et protection des populations, obstruction des voies aériennes par un corps étranger, hémorragies externes, plaies, brûlures, traumatismes, malaises, perte de connaissance, arrêt cardiaque. Un certificat de compétences est délivré aux participants. Animé par des formateurs secourisme.
- ❖ **Nombre d'ateliers** : 6
- ❖ **Nombre séances par atelier** : 1
- ❖ **Durée séance** : 7h00
- ❖ **Nombre total de séances** : 6
- ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 10
- ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 60
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Lomagne Gersoise, Grand Auch Cœur de Gascogne, Cœur d'Astarac en Gascogne, Coteaux Arrats Gimone, Du Savès, Astarac Arros en Gascogne, Bastides de Lomagne, La Ténarèze, D'artagnan en Fezensac
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Castin, Mirande, Lectoure, Gimont, Auch, Pavie, Polastron, Samatan, Preignan, Villecomtal-Sur-Arros, Castéra-Verduzan, Solomiac ou Cologne, L'Isle-De-Noé ou Montesquiou, Vic-Fezensac Lagraulet
- ❖ **Calendrier** : 2025
- ❖ **Inscription** : M. DURAN Simon : 05 62 60 64 27 / 06 37 87 76 88
secourisme-ufolep32@ligue32.org

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

