



Acteur de santé incontournable en région, la Mutualité Française Poitou-Charentes représente 1 million de personnes protégées par près de 200 mutuelles santé (soit 50% de la population régionale). Elle a pour vocation de favoriser l'accès aux soins pour tous, sur l'ensemble du territoire, notamment par le développement d'une offre de soins et d'actions de prévention santé au plus près des besoins des populations.

Pour en savoir plus : www.poitoucharentes.mutualite.fr

La Plateforme Territoriale de Service et d'Animation (PTSA) du Pays Mauzéen, portée par le Centre Socio-Culturel du Pays Mauzéen est un ensemble de 12 partenaires* qui regroupent des professionnels du loisir et du champ médico-social. Composée de structures d'hébergement pour personnes âgées et handicapées, de service d'aide à domicile et du Centre local d'information et de coordination du Sud Deux-Sèvres (CLIC), cette PTSA œuvre pour développer des actions de loisir, de prévention et de bien être pour le public âgé et/ou handicapé. Ainsi la PTSA s'attèle à mettre en œuvre des après-midi conviviaux, des actions de prévention contre l'isolement des personnes âgées et des actions en faveur du public aidant.

Contact : CSC du Pays Mauzéen : 05 49 26 72 46

Contact : CLIC Sud Deux-Sèvres, antenne de Niort : 05 49 06 78 85

- Le Centre Socio Culturel du Pays Mauzéen
- Le CLIC Sud Deux-Sèvres, antenne de Niort
- Le Service Aide à Domicile (ADMR) du Pays Mauzéen
- Le CCAS de Mauzé sur le Mignon
- La Résidence Autonomie « Les Amandiers » d'Épannes
- La Petite Unité de Vie « L'âge d'or » d'Arçais
- L'EHPAD Résidence De Vallois de Mauzé sur le Mignon
- La Petite Unité de Vie « Les Glycines » de Saint Hilaire La Palud
- La Petite Unité de Vie « Les Tilleuls » de St Georges de Rex
- Le Foyer de Vie ADAPEI de St Georges de Rex
- L'EHPAD Clodomir Arnaud de La Rochénard

Renseignement & inscription

Participation gratuite
Inscription jusqu'au 3 novembre

Contact : 05 49 06 78 85

Covoiturage

Si vous avez des difficultés pour vous rendre à cet événement, des solutions de transport peuvent être réfléchies.



Rencontre Santé

AIDANTS, VOTRE SANTÉ PARLONS-EN !

**Vous accompagnez régulièrement un proche ?
Et vous, qui prend soin de vous ?**



Trois ateliers pour échanger, partager et trouver des réponses concrètes

Les partenaires :



Les acteurs de
la Plateforme
territoriale de
Services et
d'Animation du
Pays Mauzéen



Vous accompagnez régulièrement un proche (conjoint, enfant, parent, ami, ...) touché par la maladie, le handicap ou dépendant du fait de l'âge. Vous ressentez peut-être une fatigue morale ou physique. Nous vous invitons à participer à trois ateliers santé gratuits, au cours desquels vous pourrez échanger et partager une activité avec d'autres personnes qui vivent la même situation que vous, dans un cadre convivial et entourés de professionnels.



ATELIER 1 : redécouvrir un bien-être physique Aidant et en forme

Le mardi 7 novembre 2017
De 14h30 à 16h30
Foyer communal rue du Château
79210 Saint Georges de Rex

Animatrice de prévention santé
Mutualité Française Poitou-Charentes
Éducateur d'activité physique adaptée
ReSanté-Vous

Accompagner un proche peut mettre le corps à rude épreuve. Douleurs, difficultés de sommeil, mal-être physique peuvent s'immiscer dans votre vie. Comment être aidant et rester en bonne santé ? Nous vous proposons un atelier pour trouver des conseils simples et adaptés à votre quotidien pour rester en forme. Cet atelier sera aussi l'occasion de découvrir les bienfaits d'une activité physique adaptée.



ATELIER 2 : trouver un équilibre Aidant et heureux

Le mardi 21 novembre 2017
De 14h30 à 16h30
Salle municipale 1 et 2 Mairie
Route de jouet
79210 Mauzé sur le Mignon

Mme AQUALI-CORBIN
Psychologue à l'EHPAD
Clodomir Arnaud à la Rothenard
Christel GAXOTTE
Relaxologue

Et moi dans tout ça ? Tristesse, angoisse, découragement sont des sentiments exprimés par les aidants. Dans l'accompagnement de son proche, le souci de l'Autre est si important que l'on peut parfois avoir tendance à s'oublier. Dans cet atelier, il sera question de réfléchir ensemble au rôle d'aidant, ses limites mais aussi ses richesses ! Cet atelier sera aussi l'occasion de découvrir les bienfaits d'une activité relaxante.



ATELIER 3 : préserver un lien social Aidant, mais pas seulement...

Le mardi 5 décembre 2017
De 14h à 16h30
Salle du Centre Socioculturel du Pays Mauzéen
6 rue de la Distillerie 79210 Mauzé-sur-le-Mignon

Brigade bénévole
d'intervention poétique
Michel MORO
Artiste plasticien

Dans la vie de chacun, voir sa famille, ses amis, avoir des loisirs, être citoyen, travailler, etc. sont des éléments essentiels. Lorsque l'on est aidant, ces aspects de la vie peuvent faire l'objet de renoncements. Nous vous proposons un atelier pour échanger autour du bien-être qui passe notamment par le lien aux autres. Cet atelier sera aussi l'occasion de découvrir les bienfaits d'une activité artistique.