



LES INFOS DU CLIC

ATELIERS BIEN-ETRE POUR LES SÉNIORS DANS LE HAUT-BUGEY

Le CLIC en partenariat avec Atouts Prévention Rhône-Alpes, propose plusieurs ateliers gratuits destinés aux seniors de plus de 60 ans afin de favoriser le bien-être et le « bien-vieillir ».

Deux programmes sont au rendez-vous :

« L'estime de soi au cœur du bien-être » :

Un cycle de rencontres conviviales pour renforcer la confiance en soi, entretenir des relations positives et découvrir des activités de détente (yoga, sophrologie...).

Salle des associations 01430 Saint-Martin-du-Frêne

Le programme, riche et varié, abordera plusieurs thématiques :

- 18 novembre : L'avancée en âge et l'estime de soi
- 25 novembre : Choisir ce qui me fait du bien pour nourrir l'estime de moi
- 2 décembre : La relation aux autres
- 9 décembre : Initiation à des activités de bien-être (yoga, sophrologie...)

« Bien manger, bien bouger » :

Six séances de deux heures pour apprendre à concilier alimentation équilibrée et activité physique, dans une ambiance chaleureuse et participative.

Les thèmes abordés :

- Importance de la nutrition et de l'activité physique
- Recommandations alimentaires et physiques
- Construction de menus adaptés au budget et aux ventes
- Encouragement à pratiquer une activité physique régulière
- Ressources pour adopter de bonnes pratiques alimentaires.

Premiers ateliers à Condamine et Martignat fin 2025, puis dans d'autres communes du Haut Bugey en 2026.

Ces initiatives visent à promouvoir la santé, l'autonomie et la convivialité chez les aînés.

Renseignements :
CLIC du HAUT-BUGEY
04 74 12 14 21

clic@hautbugey-agglomeration.fr



LES INFOS DE LA CPTS



**WELCOME
TO THE TEAM!**



ACTUALITÉS DE L'ASSOCIATION

L'association a déménagé début octobre et s'est installée dans de nouveaux locaux, au :

3 rue Kerkeni

01100 ARBENT

au sein des bureaux de Terrappiness

Elle a également accueilli un nouveau directeur, **M. Sylvain TERRAZ**, qui succède à M. KANDARA. Dirigeant de la société Terrappiness depuis 2020 — société spécialisée dans le coaching, le bilan de compétences et la formation professionnelle, ainsi que dans la prévention du bien-être et de la santé— M. TERRAZ apportera son expérience en gestion et son savoir-faire pour contribuer au développement de l'association.

Stay
Healthy

ACTUALITÉS DU TERRITOIRE

ÉLARGISSEMENT DU SERVICE D'ACCÈS AUX SOINS SUR NOTRE TERRITOIRE



Depuis maintenant deux ans, l'ouverture du **Service d'Accès aux Soins (SAS)** géré par le SAMU 01 en collaboration avec la CPTS vient enrichir le dispositif d'accompagnement des patients sur notre territoire. Le SAS est une structure qui permet une orientation rapide et efficace des patients présentant des besoins de soins non urgents, évitant ainsi une surcharge des services d'urgences hospitaliers. Il offre une prise en charge médicale personnalisée, notamment pour les patients qui ont besoin d'une orientation vers les professionnels de santé adaptés, sans passer par le service d'urgence classique. Ce dispositif améliore la coordination, optimise les ressources médicales, garantit une meilleure réponse aux besoins des habitants du territoire et contribue à une meilleure fluidité du système de santé local. Pour faire simple, si un patient est malade et que son médecin traitant n'est pas disponible, il appelle le 15 et, après une régulation, le patient est orienté sur des consultations de médecine générale en journée ou sur la maison médicale de garde.

La CPTS remercie les médecins pour leur engagement et leur disponibilité à consacrer des créneaux, contribuant ainsi au succès et à la bonne organisation de ce dispositif essentiel pour notre territoire.

ACTUALITÉS DE LA FILIERE



Page internet de la Filière

PRÉCISIONS !!

La page internet de la Filière est -pour l'instant- accessible **uniquement** via le site internet d'AIN'APPUI. Vous la retrouvez dans chaque "Parcours" : de vie, de santé et de soins. Également dans "Contact" et dans la rubrique "Nos dispositifs sur le territoire".

Chaque numéro du "Fil" a été versé dans la rubrique "Le Fil, la newsletter de la Filière".

Cette page internet va maintenant vivre et évoluer au gré des événements à venir de la Filière.

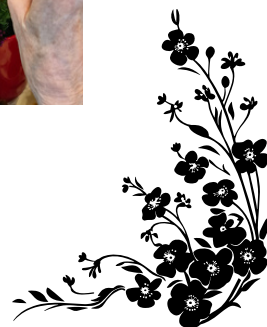
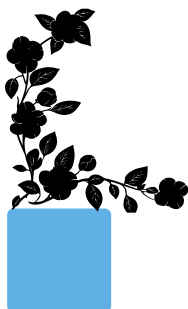
enjoy

Retour sur la semaine Bleue du 06 au 12 octobre

ATELIER D'ART FLORAL

Dans le cadre de la semaine Bleue, l'assistante de la Filière a pu participer à un atelier d'art floral le mardi 07 octobre après-midi à la Villa Charlotte (Oyonnax). Organisé et animé par l'association "Vivre Ensemble Oyonnax", cet atelier a permis du partage, des rires, et beaucoup de créativité !

Merci à Rabia MSABRI pour sa bonne humeur, sa gentillesse, sa disponibilité et...ses succulentes pâtisseries !!



SPECTACLE : LE BATTEMENT DU MONDE

Ce spectacle est un projet artistique de territoire mené en collaboration avec des seniors vivant en EHPAD ou à domicile, des danseurs et des artistes professionnels.

Il s'est joué le dimanche 12 octobre à 15h, au Centre Culturel ARAGON (Oyonnax) devant une salle comble et comblée !!

Un spectacle d'une grande beauté, qui alterne différents tableaux dansés et fait chavirer les spectateurs d'émotions en émotions..

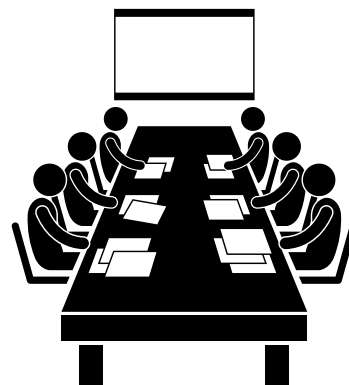
Tout simplement magnifique !!

Merci



ACTUALITÉS DE LA FILIÈRE

COPIL DU 10 OCTOBRE



Le vendredi 10 octobre, le COPIL de la Filière s'est réuni (en nombre ! merci à toutes/tous !!) à l'EHPAD Les Héliobores (Groissiat). Merci encore à Catherine ROBIN, Directrice et membre du COPIL, de nous avoir accueilli dans son lieu.

L'ordre du Jour était dense et a tout juste tenu dans l'horaire imparti...

Néanmoins, et pour répondre aux attentes des membres du COPIL, Samuel PINTO JOULIN a pu présenter les fonctionnalités et les outils du GCS SARA, notamment MONSISRA, messagerie sécurisée de santé régionale.

Il a également pu aborder les thèmes suivants : téléexpertise, téléconsultation, Nuage, MesPatients (outil e-parcours).

Sa collègue Fanny LAGARDE, cheffe de projet Mon espace santé, a pu également projeter quelques slides sur Mon espace santé et les bénéfices dans la pratique des professionnels de santé du Haut-Bugey,

L'objectif étant d'inciter fortement tous les acteurs de la santé à utiliser MONSISRA pour fluidifier les échanges sur les parcours de santé, de vie et de soins des personnes prises en charge.

NOTA : Concernant les attentes sur Via Trajectoire, monsieur PINTO JOULIN propose de faire remonter les besoins à la Filière afin de préparer une session en visio avec les chargés de coordination Via Trajectoire de GCS SARA qui seront à même de répondre aux interrogations de chacun-e.



CONSTITUTION DE GROUPES DE TRAVAIL

Lors du COPIL, il a été proposé de constituer 3 groupes de travail sur les thèmes suivants :

- analyser les besoins en formations des professionnels de la santé
- les niveaux de soins en EHPAD (=>constitution d'une fiche de décisions en phase aigüe)
- procédure de prise en charge sous 48h de la personne aidée en cas de défaillance de l'aidant

Chacun-e d'entre vous est invité-e à se rapprocher de l'assistante de la Filière pour se positionner sur 1 ou plusieurs groupes de travail (un mail spécifique sera adressé en vue de cette organisation).

**MERCI PAR AVANCE DE VOTRE IMPLICATION POUR UNE MEILLEURE HARMONISATION
DES PARCOURS DE SOINS**

ACTUALITÉS DE LA FILIERE

CINÉ RENCONTRE

Le **lundi 24 novembre à 20h**, aura lieu la projection du documentaire *"LES ESPRITS LIBRES"* au cinéma ARAGON. La projection sera suivie d'un débat sur la thématique de la maladie d'ALZHEIMER. La Filière Gérontologique s'associe à cette projection proposée par le service cinéma du Centre Culturel ARAGON.

M. Jean-Louis GUIDO, Président de France ALZHEIMER 01 -et membre du COPIL- animera le débat à l'issue de la projection.

INFORMATIONS PRATIQUES :

Achetez vos places en ligne sur allocine.fr

les tarifs de la séance sont :

- 6.70€ plein tarif
- 6.20€ tarif réduit (+ 65 ans, famille nombreuse...)
- 4.50€ mois de 16 ans
- 4€ tarif de groupe (à partir de 10 personnes)



+ D'INFOS :

Cinéma; centre culturel ARAGON -04 74 81 96 80

NOUS VOUS ATTENDONS NOMBREUX/SES !!



LES ESPRITS LIBRES

Documentaire français - 1h34

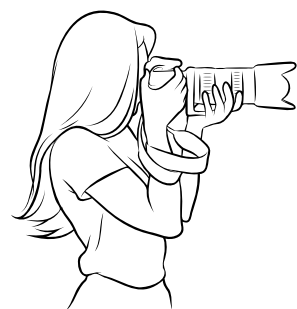
De Bertrand Hagenmüller

LES ESPRITS LIBRES, c'est l'histoire d'une folle aventure où patients atteints de la maladie d'Alzheimer et soignants se rejoignent pour vivre une expérience thérapeutique unique faite de théâtre, de musique et de poésie. Dans cette grande maison ouverte, l'accompagnement prend une tout autre forme : plus de blouses blanches ni de couloirs aseptisés mais des esprits libres et bien vivants.

Intervenant : Jean-Louis GUIDO, Président de France Alzheimer Ain

➤ **Lundi 24 novembre - 20h**

PORTRAIT D'ACTEURS



NATHALIE BUCZEK

LAURENCE JOLY

NATHALIE BUCZEK

Responsable Prévention depuis août 2024. Auparavant Responsable de secteur à Ain Domicile Services de 2007 à 2020.

SES MISSIONS sur l'ensemble du territoire couvert par Ain Domicile Services :

- prévention à destination des salarié-es (personnel de terrain et personnel des équipes support)
- coordinatrice résidences HAISSOR (Habitat Intermédiaire Service Solidaire Regroupé; résidences réservées aux personnes retraitées et/ou en situation de handicap)
- mise en place d'actions de prévention pour les séniors dans le cadre de la commission des financeurs

ACTIONS PHARES :

-en 2024, création de l'équipe **PREV'ACTE** (Prévention/Action); l'objectif est la valorisation du métier d'aide à domicile; les salarié-es sont présents-es sur les actions de prévention permettant ainsi de relayer au domicile les actions mises en place. Une équipe assure le Service d'Accompagnement Véhiculé; ce service permet d'apporter une solution à la problématique de mobilité sur certains territoires.

En octobre 2024, l'équipe comptait 13 salarié-es; en septembre 2023, elle en compte 23. Ces actions de prévention sont gratuites et ouvertes tant aux bénéficiaires qu'aux personnes de l'extérieur.

-**Le programme OMEGA** (Objectifs Mieux-Etre Grand Age); l'objectif est de favoriser le lien social, maintenir une autonomie et une qualité de vie dans une logique de vieillissement et de sécurité. Ce programme est déployé sur l'ensemble du territoire couvert par Ain Domicile Services.

PERSPECTIVES :

- poursuivre les actions de prévention auprès des personnes âgées et des personnes en situation de handicap
- intégrer plus de personnes extérieures
- rechercher des partenaires pour mettre de nouvelles actions en place
- poursuivre le travail de partenariat avec les CLIC, CCAS, élus, partenaires institutionnels, etc...

Ain Domicile Services propose des actions gratuites et ouvertes sur l'extérieur, placées sous le signe du partage, de la convivialité et du bien-être.

Pour qui ? Seniors dès 60 ans, habitants du territoire

Avec qui ? Des pros qualifiés, des partenaires locaux engagés, une équipe de salarié(s) dédiée

Au programme :

-  Activité physique douce
-  Éco-gestes (santé, budget, environnement)
-  Bien-être et estime de soi

Voyage et santé au cœur de la réalité virtuelle

- actions collectives : lundi 23 et 30 mars 2026 à 14h00
- actions individuelles : lundi 3 et 10 novembre 2025 à 14h00

Question de sens

5 séances en novembre et décembre 2025 à 14h30

A la rencontre de Morphée

Lundi 6, 13 et 20 octobre 2025 à 15h00

Gymn'âge

8 séances en janvier et février 2026 à 14h00

Inscription et renseignements

AIN DOMICILE SERVICES

Tél : 04 74 21 42 52

Mail : contact@ain-domicileservices.fr

 Service d'Accompagnement Véhiculé possible

** horaires susceptibles de varier.*

PROGRAMME OMEGA

Secteur Haut Bugey

Objectifs Mieux Être Grand Age

Un programme pour les séniors de plus de 60 ans.
Des ateliers de prévention pour votre bien-être au quotidien



INSCRIPTION OBLIGATOIRE



QUESTION DE SENS

Ateliers de prévention à destination des 60 ans et +
Parce que le plaisir de sentir, goûter, écouter, toucher et voir... ne prend jamais d'âge !

Lundi 17, 24 novembre et 1, 8 et 15 décembre à 15h
Résidence Jacques Chirac
20 rue Victor Hugo - 01100 Oyonnax

Gratuit

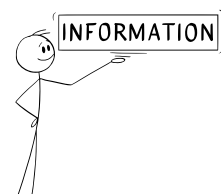


INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS
AIN DOMICILE SERVICES
Tél : 04 74 21 42 52
mail contact@ain-domicileservices.fr



Laurence JOLY, basée sur le Haut-Bugey avec deux antennes locales de proximité à Oyonnax et à Montréal la Cluse, est l'interlocutrice principale pour ce secteur.

Ain Domicile Services dispose de plusieurs antennes de proximité, afin de répondre au mieux aux besoins des personnes.





LAURENCE JOLY

Responsable de secteur à Ain Domicile Services depuis plus de 15 ans. Auparavant secrétaire médicale puis responsable administrative à Bourg puis Péronnas et enfin responsable de secteur à Oyonnax.

SES MISSIONS -auprès des salariés (encadrement de 22 aides à domicile actifs) :

-l'accueil, l'intégration, l'écoute, la planification des interventions, la valorisation du métier (réfèrent client; réfèrent Prévention), l'animation des réunions Étoile 1 fois tous les 15 jours,
Le projet Étoile s'articule autour de 4 valeurs piliers : solidarité, équité, bienveillance et confiance, et 4 principes fondateurs : la coresponsabilité, la communication, la décision par consentement et l'agilité d'une démarche collective.

SES MISSIONS -auprès des clients :

-l'écoute, l'orientation, la centralisation et le traitement des demandes, les visites à 6 mois et à 1 an

SES QUALITÉS :

-le savoir-être, la disponibilité et l'adaptabilité ("il faut être couteau suisse ou caméléon !"), une excellente connaissance du territoire et une très bonne identification par ses partenaires locaux

SON ÉPANOUISSEMENT :

-être auprès des personnes et leur proposer des solutions

SES APPUIS dans ses missions :

-le service RH (basé à Péronnas)
-les IDEL et SSIAD (coordination constructive)
-les partenaires locaux (Département, CLIC, DAC, CPTS, etc...)

AIN DOMICILE SERVICES est un service d'aide et d'accompagnement à domicile, mais c'est aussi :

-une présence depuis plus de 30 ans sur le territoire + 12 communes de Lyon Métropole
-300 salarié-es : équipes de terrain et équipes support; en CDD et CDI; en temps partiels et temps complets, sur l'ensemble du territoire couvert par l'association
-1 SSIAD et 2 ESA (Equipe Spécialisée Alzheimer -1 basée sur le Val de Dombes/Saône et 1 sur la plaine de l'Ain/Côtière

LE MOT DE LA FIN....

"Etre responsable de secteur, c'est avoir une activité extrêmement diversifiée. Chaque responsable de secteur, en fonction de ses qualités et appétences, pourra ainsi prendre la part de cette activité qui l'épanouira le plus".

