



LES INFOS DU CLIC

CAFÉS SENIORS



Le Café Seniors est un temps d'accueil dédié aux personnes âgées.

Dans une ambiance conviviale et bienveillante, le CLIC organise des rencontres mensuelles pour briser la solitude et découvrir des conseils et des informations utiles pour améliorer le quotidien et préserver le bien-être des séniors.

Une programmation variée en 2026, alternant :

- Partage d'informations (numérique, logement, économies d'énergie, aides sociales...)
- Activités de prévention (médiation animale, activités physiques adaptées, risques domestiques, sommeil ...)

Un vendredi par mois de 14h à 16h au Centre Social de la Plaine d'Oyonnax

Dates à venir : 23 Janvier > 20 Février > 20 Mars > 17 avril > 29 mai > 26 juin
> 24 juillet > 21 août > 18 septembre > 16 octobre > 13 novembre > 16 Décembre (à confirmer).

Au service des séniors
de l'Agglomération



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

clic@hautbugey-agglomeration.fr

AFFICHE CAFÉS SENIORS

Gratuit

Café Séniors

Venez échanger et partager
un moment convivial

Plus de 60 ans et proches

**DÉCOUVRIR LES ACTIVITÉS 2026
ET RENCONTRER LES
PROFESSIONNELS DU SECTEUR**

**Centre social
de la Plaine
Oyonnax**

**Vendredi
23
janvier
14h-16h**

PRÉ-INSCRIPTIONS AUX ATELIERS DE L'ANNÉE !

CLIC du Haut-Bugey
04 74 12 14 21
clic@hautbugey-agglomeration.fr

Au service des séniors
de l'Agglomération



ACTUALITÉS DE LA FILIERE



CONSTITUTION DE GROUPES DE TRAVAIL

Nous vous rappelons les thèmes des 3 prochains groupes de travail :

-analyser les besoins en formations des professionnels de la santé

=>une première réunion s'est tenue le 16/12; très rapidement, le thème retenu pour la première série de sessions de formations est celui des **troubles psycho-comportementaux**

Objectifs de la sensibilisation : comprendre les troubles psycho-comportementaux, leurs origines, leurs répercussions ; donner une palette d'outils pour avoir des réponses adaptées

Une deuxième réunion est prévue le 02 février prochain.

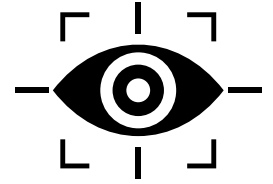
-les niveaux de soins en EHPAD (=>constitution d'une fiche de décisions en phase aigüe)=>non encore lancé

-procédure de prise en charge sous 48h de la personne aidée en cas de défaillance de l'aidant

=>une première réunion s'est tenue le 20 janvier

Chacun-e d'entre vous est invité-e à se rapprocher de l'assistante de la Filière pour se positionner sur un ou plusieurs groupes de travail.

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



ACTUALITÉS DE L'EHPAD DES HÉLLÉBORES

UN MÉDECIN COORDINATEUR =>Le docteur Razafimahatratra a pris ses fonctions de médecin coordinateur en novembre 2025, il exerce ½ journée par semaine pour l'Ehpad. Il a parallèlement installé son cabinet de médecine générale aux Hellébore où il exerce le lundi matin, mercredi et vendredi.

UNE ANIMATRICE =>Lolita PICCINI

Lolita PICCINI a pris ses fonctions d'animatrice en avril 2024 pour mettre en place un projet gai, lumineux, musical, afin d'agrémenter la vie des personnes résidant aux HÉLLÉBORES.

Depuis son arrivée, la directrice, Catherine Robin, dit apprécier les modifications apportées. Le hall d'entrée est décoré avec des peintures, des affiches. Une petite table ronde avec ses fauteuils invite les familles et résidents à s'asseoir pour consulter des bandes dessinées.

Les résidents sont heureux de partager de bons moments avec elle. Ils disent « apprécier ces moments de joie passés hors de leur chambre, retrouver une salle d'accueil décorée devant un café, un thé, une pâtisserie et pouvoir écouter de la musique.

UN CENTRE DE RESSOURCES TERRITORIALES (CRT)

La mission des CRT offre la possibilité à des personnes âgées en perte d'autonomie de vieillir chez elles le plus longtemps possible. Dans ce cadre, elles bénéficient d'un accompagnement renforcé à domicile, lorsque l'accompagnement classique déjà assuré par un service proposant de l'aide ou des soins à domicile n'est plus suffisant. Il s'agit donc de développer une alternative à l'entrée en établissement.

Le développement de cette mission vise alors à positionner le porteur de CRT comme un facilitateur du parcours de santé des personnes âgées du territoire. Le CRT peut être porté par un EHPAD, en lien avec des services à domicile. L'EHPAD LES HÉLLÉBORES ayant à coeur de porter un CRT, un dossier a été déposé....On croise les doigts pour une réponse positive !

LA MÉTHODE MONTESSORI appliquée aux personnes âgées

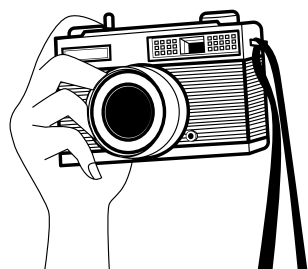
La méthode Montessori est souvent utilisée pour l'apprentissage des enfants. Cette approche de soin est aussi applicable aux personnes âgées. Elle se base sur 3 grands principes : la dignité, l'égalité, le respect. Les forces de la personne sont mises en avant et tout est fait pour éviter de la positionner dans une situation de faiblesse.

Les travaux de Cameron J. Camp, psychologue et chercheur américain, qui mêlent des outils issus de la psychologie, de la neuropsychologie et de la méthode de Maria Montessori, ont mis en lumière des résultats très positifs. En Ehpad, la méthode Montessori permet d'améliorer la qualité de la prise en soin et le bien-être de la personne âgée présentant des troubles cognitifs. Elle se concentre sur une vision positive et permet de renforcer l'autonomie de la personne et son utilité sociale. Aux HÉLLÉBORES, la directrice, Catherine Robin a souhaité introduire cette méthode et l'ensemble des professionnels intervenant à l'UVP ont été formés (aides-soignantes, infirmières, cadre, psychologue, lingère, hôteliers, agents de service, de maintenance). **BRAVO à eux et BRAVO pour cette belle initiative !!**

PORTRAIT D'ACTEUR

SYLVAIN TERRAZ

DIRECTEUR DE LA CPTS HAUT-BUGEY
DEPUIS LE 01^{ER}/10/2025



Succède à Khalil KANDARA devenu Président
Mission: coordination de Projets de santé
Axes: structurer, accompagner, mettre en œuvre

Sylvain est également dirigeant - fondateur de TERRAPPINESS, centre de coaching, de bilans de compétences et de formations dans les domaines de la prévention, la santé et le bien-être dans la vie professionnelle et personnelle.

TERRAPPINESS accueille les locaux de la CPTS depuis le 01^{er}/10/2025 au pôle santé d'Arbent, 3 rue Kerkeni



SON PARCOURS :

Le sport et le management constituent un Fil Rouge dans le parcours professionnel et de vie de Sylvain puisqu'il est titulaire d'une Maîtrise dans le management de sport, d'un Master en Gestion et Administration des entreprises et d'un MBA en management stratégique des entreprises.

Il a notamment mené à bien de nombreux projets pour Oyonnax Rugby, club pour lequel il a travaillé pendant 18 ans.

SES VALEURS :

Performance – Engagement - Bienveillance avec comme mantra « *la performance commence par le bien-être* ».

LA CPTS :

La CPTS est constituée d'une équipe de bénévoles et de salariés qui compte actuellement :

- 1 Directeur, Sylvain
- 1 secrétaire, Laureanne
- 1 Chargé de mission en projets de santé en alternance, Naël (étudiant en Master Gestion d'établissements de santé)



NAËL ET SYLVAIN



FOCUS

Mise en place de 4 COPIL avec la participation des professionnels de santé adhérents de la CPTS

1. Accès aux soins

- => réduire le nombre de patients sans médecin traitant
- => Attirer de nouveaux médecins et professionnels de santé sur le territoire

2. Sport et santé

- => Promouvoir l'hygiène de vie (activité physique, sommeil, stress, alimentation, lien social)
- => « Bien vieillir » prévention des maladies cardio-vasculaires
- => prévention de l'obésité pédiatrique

3. Prévention

- => santé de la femme
- => vaccination

4. Diabète

- => Parcours enfant
- => Parcours adulte
- => Campagne d'éducation et information
- => Prévention et dépistage



CPTS du Haut Bugey
04 28 38 68 30
contact@cpts-hautbugey.fr