

# Pibrac

[www.ville-pibrac.fr](http://www.ville-pibrac.fr)

**CCAS**  
CENTRE COMMUNAL  
D'ACTION SOCIALE

## Les mardis des aidants

Des ateliers conviviaux dédiés aux aidants  
de proches âgés en perte d'autonomie.



Un mardi par mois pour s'informer, échanger, se ressourcer,

À la Maison des Citoyens  
16 rue principale 31820 Pibrac



Résidence  
CURTIS



# Calendrier

2023/2024

## Groupe d'échange et de paroles

De 14h30 à 17h

17 octobre 2023

La communication positive et les techniques de communication verbale et non verbale

14 novembre 2023

La gestion des comportements inadaptés

12 décembre 2023

Les gestes et postures dans l'aide à la personne

16 janvier 2024

L'aidant, l'aidé, la maladie, comment faire ensemble ?

06 février 2024

Les mesures de protection des majeurs et les directives anticipées

12 mars 2024

Les activités occupationnelles à partager avec son proche

23 avril 2024

Regards sur la maladie, mieux comprendre ses évolutions

14 mai 2024

L'aidant face aux décisions délicates

18 juin 2024

Bilan convivial entre participants et intervenants

## Séance de Gymnastique douce

De 15h30 à 17h

### Salle du Dojo de Léguevin

L'association Siel Bleu vous propose 6 séances de gym douce les 24/10, 7/11, 28/11, 9/01, 30/01.

## Prévention des chutes

De 14h à 16h

### Salle du Dojo de Léguevin

L'association Siel Bleu vous propose 4 demi-journées de formation les 23/01, 13/02, 20/02 et 05/03.

## Se renseigner

### CCAS de Pibrac

Mme Larroque

05 62 13 93 93 ou 06 74 83 77 83

[l.larroque@mairie-pibrac.fr](mailto:l.larroque@mairie-pibrac.fr)

### Maison des habitants de la vallée de la Save – Léguevin

Mme Bessières

05 62 13 80 20 ou 06 71 22 79 58

[isabelle.bessieres@grandoueststoulousain.fr](mailto:isabelle.bessieres@grandoueststoulousain.fr)

### CCAS de Léguevin

Mme Barbe - 05 62 13 56 62