

Actualités et agenda ES MHVA

GROUPE DE PAROLE

Animé par Camille Crabol, psychologue

vendredi 15 mai 2025 de 14h à 16h

Lieu : Maison du Département – LIMOUX

Inscription auprès de l'Espace seniors

ACCOMPAGNEMENT dans les démarches

Laetitia LAUZE et Bénédicte DUPRÉ

Sur rendez-vous auprès de votre Espace seniors



L'association France Alzheimer Aude et le Collectif des partenaires de la Moyenne et haute vallée vous proposent :



GROUPE DE PAROLE

Un espace de rencontre et d'échanges

Les mercredis 7 mai et 4 juin 2025

de 14h30 à 16h30



ATELIER RELAXATION – QI GONG

Atelier de relaxation et gymnastique douce chinoise (Qi Gong)

Animé par **Eric AUGOYARD**

Les lundis , 12 mai et 16 juin 2025 de 14h à 16h



ATELIER STIMULATION COGNITIVE AIDANT/AIDÉ

Travailler les fonctions cognitives actuelles pour retrouver estime et confiance en soi

Les vendredis 16 mai et 13 juin 2025 de 10h à 12h

Groupes animés par **Perrine SAUMITOU** Psychologue

Pour tous ces groupes, ateliers de l'Association

France Alzheimer Aude :

Inscription auprès de Mmes CEREAL et MOULIS,

Bénévoles FAA : 06 45 10 52 03 - 06 10 47 35 03

Lieu : Maison du Département – LIMOUX



L'association Alzheimer, un autre regard, vous propose « Les après-midi détente » :

Les lundis de 14h à 17h

Les 5 et 26 mai, 2 et 23 juin 2025

Des temps de loisirs et de convivialité qui permettent aux personnes atteintes d'une pathologie de participer à ces

activités dans la bonne humeur et aux aidants de vivre un temps de répit.

Lieu : 36, Av. Oscar Rougé – LIMOUX

Renseignement et inscription : Chantal GOUTAY : 06 23 86 65 06 ou Anne PINILLA : 06 09 57 64 80



L'Association des Diabétiques Occitanie propose des réunions pour les patients et leurs proches

Partagez votre expérience, échangez autour des difficultés rencontrées, demandez de l'aide pour trouver des solutions à travers un moment de convivialité.

Lieu : Espace Fécos – 7 av. du Pont de France à LIMOUX

Martine GLEYZES, IDE et Marie-Hélène LAMBERT, bénévoles patient expert de l'AFD Occitanie.

Ateliers diététiques : 1 jeudi/ mois de 14h30 à 16h

Ateliers Activité Physique Adaptée : 2 mercredis/ mois de 15 H 45 à 16 H 45

Inscription obligatoire : Marie-Hélène LAMBERT au 06 73 38 73 61



Lundi 12 mai 2025 de 10h à 15 h

Salle des fêtes

7 avenue de l'évêché à

11400 SAINT PAPOUL

Conférences :

Prise en charge de la douleur

Karel Joineau, doctorant Neurosciences

Etre aidant, Késako?

Sabine Larroude de l'espace seniors

Lauragais

Stand immersif, stand espace seniors,

Apéritif offert et repas tiré du sac.

Visite guidée de l'abbaye dès 15h

Comité 11

Contact : 06 58 30 15 30

La ligne téléphonique d'écoute du comité Audois France Parkinson est à nouveau active, les bénévoles se relaient pour répondre aux différentes attentes des malades et de leurs aidants.

Contact : 06 58 30 15 30

comite11@franceparkinson.fr

Nouveauté dans le cadre du programme national A2PA :

Aide et Accompagnement des proches-aidants

Tous les proches et aidants prenant contact avec France Parkinson au niveau national peuvent désormais, s'ils le souhaitent, bénéficier d'un entretien téléphonique avec **un aidant-ressource** formé à cet effet.

Concrètement, un entretien personnalisé leur sera proposé pour faire le point sur leur situation, les informer et les orienter vers les propositions internes et/ou externes à France Parkinson. Ce dispositif s'adresse aux proches-aidants de personnes malades de Parkinson, quelle que soit leur situation géographique.



PÔLE MND OCCITANIE

Vous accompagnez une personne atteinte d'une maladie neuro-évolutive ? Vous recherchez des conseils, du soutien ? L'équipe de MND Occitanie pilote un dispositif de soutien psychologique, la Ligne écoute Aidants. Nos psychologues sont à votre écoute tous les soirs gratuitement.

Cette permanence téléphonique, gratuite et accessible 7j/7 de 18h à 22h au 0806 806 830, permet aux aidants de personnes atteintes de maladies neuro-évolutives de bénéficier d'un accompagnement psychologique gratuit pour rompre l'isolement, gérer les défis du quotidien et concilier leur rôle avec leur vie professionnelle.

L'équipe continue de s'engager pour offrir un soutien de qualité, accessible et confidentiel !

