



# 9 ACTIONS

À DESTINATION DES

# SENIORS



**Activités Aquadouce et Aquatonic**

**Atelier de Cinéma**

**Prévention de la dénutrition**

**Prévention des chutes : intervention d'un ergothérapeute**

**Atelier informatique**

**Pass Piscine**

**Mise à disposition de tablettes numériques (débutant)**

**Mise à disposition d'une tablette avec jeux (confirmé)**

**121 villages connectés**



Dans le cadre de la conférence des financeurs 2018, la Communauté de Communes Somme Sud-Ouest et le SPASAD Somme Sud-Ouest (Service Polyvalent d'Aide et de Soins à Domicile) proposent 9 activités de prévention aux seniors.

---



Avec la participation de la CNSA

## Pass Aquadouce & Pass Aquatonic

**QUAND ?**

**De juillet à novembre 2018**

**OÙ ?**

**Centre Aquatique AQUASOA**

**COMBIEN ?**

**4€ en tout**

Le pass "10 séances offertes", d'une durée de validité de 3 mois, permet d'accéder aux séances hebdomadaires organisées à la piscine communautaire d'un atelier au choix (aquadouce, aquatonic).

L'inscription engage le bénéficiaire à participer à deux réunions collectives à la piscine, organisées par les maîtres-nageurs (une au début et une à la fin de l'atelier). Seules les personnes n'ayant pas bénéficié de l'offre en 2017 peuvent s'inscrire

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

**Pass Aquadouce & Pass Aquatonic**

**NOM / Prénom**

**Adresse**

**Âge**  
(+ 60 ans)

**N° de téléphone**

# Atelier cinéma



**QUAND ?**

**Septembre et octobre 2018 dans l'après-midi**

**OÙ ?**

**Cinema LE TRIANON à Poix-de-Picardie**

**COMBIEN ?**

**1€ par personne et par séance**

Les personnes préinscrites seront consultées pour le choix des films (sondage préalable).

L'inscription permet de bénéficier d'un cycle de 5 séances réparties sur 2 mois.

À la fin de la projection, un temps d'échange entre les séniors autour d'un goûter partagé sera organisé.

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

**Atelier de cinéma**

NOM / Prénom

Adresse

Âge  
(+60 ans)

N° de téléphone

**Visites à domicile par un binôme aide-soignante/auxiliaire de vie dans le cadre du SPASAD pour la prévention de la dénutrition chez les personnes âgées.**

**QUAND ?**

**De Juillet à Novembre 2018**

**OÙ ?**

**Communes couvertes par le SPASAD Somme Sud-Ouest**

**COMBIEN ?**

**Gratuit**

Les visites à domicile (une à deux par personne) sont des visites de prévention et d'alerte du médecin traitant d'une possible dénutrition. Celles-ci sont réalisées par des aides-soignantes et des auxiliaires de vie ayant suivi une formation et obtenu une certification AFNOR.

La sensibilisation porte sur l'importance de la surveillance du poids, sur l'alimentation au quotidien, sur l'hydratation et le maintien d'une activité physique. A la fin de chaque visite une fiche de retour et de liaison sont adressées au médecin traitant. En cas de réelle dénutrition, le médecin traitant prend le relais pour les suites à mener.

Une diététicienne peut intervenir dans ce projet sur prescription médicale (à raison de 3 séances maximum).

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

**Prévention de la dénutrition**

NOM / Prénom

Adresse

Âge  
(+60 ans)

N° de téléphone

## Intervention d'un ergothérapeute à domicile dans le cadre du maintien à domicile

**QUAND ?**

**Du 1<sup>er</sup> Juillet au 15 Novembre**

**OÙ ?**

**Communes couvertes par le SPASAD Somme Sud-Ouest**

**COMBIEN ?**

**Gratuit**

Un ergothérapeute réalise des visites à domicile chez les personnes âgées dans le cadre de la prévention des chutes.

Il a pour rôle d'écouter, de conseiller en tenant compte des habitudes de vie de chacun et des situations et d'analyser les risques possibles afin de suggérer des solutions pratiques, individualisées pour améliorer le confort de vie et prévenir les risques. Un rapport écrit (avec des photos) vous est transmis par la suite.

Cet atelier permet :

- d'anticiper et sécuriser les comportements
- de proposer des solutions pour améliorer le confort, la sécurité et l'ergonomie du logement
- de modifier ou adapter les comportements pour prévenir les chutes
- de détecter les besoins d'aménagement du logement ou d'aide matérielle et technique

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

### Intervention d'un ergothérapeute à domicile

**NOM / Prénom**

**Adresse**

**Âge  
(+70ans)**

**N° de téléphone**

# Atelier informatique



**QUAND ?**

**Du 1<sup>er</sup> septembre 2018 au 10 novembre 2018**

**OÙ ?**

**2 lieux en fonction des demandes**

**COMBIEN ?**

**10€ par personne**

Formation sur l'ordinateur, la gestion des dossiers, internet, la messagerie électronique...

10 séances collectives et une séance de bilan assurées par les Pep 80 à raison d'une séance par semaine.

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

## Atelier informatique

NOM / Prénom

Adresse

Âge  
(+ 60 ans)

N° de téléphone

# PASS PISCINE

**QUAND ?**

**De Juillet à Novembre 2018**

**OÙ ?**

**Centre Aquatique Aquasoa (Croixrault)**

**COMBIEN ?**

**4€ en tout**

Le pass, d'une durée de validité de 3 mois, permet d'accéder à l'ensemble des espaces de la piscine communautaire (espace remise en forme, espace bien-être, espace aquatique) de façon illimitée.

L'inscription engage le bénéficiaire à participer à deux réunions collectives à la piscine, organisées par les maîtres-nageurs pour présenter le matériel et donner des conseils adaptés (une au début et une à la fin de l'atelier).

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

**Pass Piscine**

**NOM / Prénom**

**Adresse**

**Âge  
(+60ans)**

**N° de téléphone**

# Mise à disposition de tablettes numériques



**QUAND ?**

**Du 1<sup>er</sup> septembre 2018 au 28 février 2019**

**OÙ ?**

**2 lieux en fonction des demandes**

**COMBIEN ?**

**Gratuit**

Une séance par semaine pendant 6 mois est proposée avec différents modèles de tablettes pour découvrir ce qui existe sur le marché mais également apprendre à utiliser les tablettes.

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

## Tablettes numériques

NOM / Prénom

Adresse

Âge  
(+ 60 ans)

N° de téléphone

## Mise à disposition de tablettes numériques avec jeux FACILOTAB

**QUAND ?**

**Du 1<sup>er</sup> juillet 2018 au 10 novembre 2018**

**OÙ ?**

**5 lieux sur le territoire de la CC2SO**

**COMBIEN ?**

**Gratuit**

**Réservé aux personnes ayant bénéficié des ateliers d'initiation aux tablettes numériques**

Une séance par semaine pendant 4 mois pour des temps de jeux en atelier collectif. Des tablettes bénéficiant de la surcouche FACILOTAB (+9 jeux FACILOTAB à découvrir) seront mises à disposition des participants pendant les 4 mois.

Ce temps pourra permettre de remanipuler les tablettes, de poser des questions, de retrouver les autres personnes du groupe d'initiation aux tablettes numériques.

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

**Tablettes numériques avec jeux FACILOTAB**

NOM / Prénom

Adresse

Âge  
(+ 60 ans)

N° de téléphone

# 121 villages connectés

**QUAND ?**

**Du 1<sup>er</sup> Septembre au 8 Novembre 2018**

**OÙ ?**

**Différents lieux du territoire de la CC2SO selon la demande**

**COMBIEN ?**

**Gratuit**

Les séances hebdomadaires se déroulent en deux temps par groupe de 3/5 personnes :

1 / Formation sur l'ordinateur, la gestion des dossiers, internet, la messagerie électronique...

2 / Puis mise à disposition du matériel (ordinateur et imprimante) pour réaliser vos démarches administratives.

**COUPON RÉPONSE** à retourner dans les plus brefs délais au SAVD de la Communauté de Communes

**121 villages connectés**

**NOM / Prénom**

**Adresse**

**Âge  
(+60ans)**

**N° de téléphone**

# SERVICE CIVIQUE

## Visites aux personnes âgées

La Communauté de Communes Somme Sud-Ouest met en place des **animations et visites à domicile auprès des personnes âgées isolées** du territoire.

À l'occasion d'accompagnements individuels ou collectifs des personnes âgées en risque d'isolement, des **visites** sont mises en place, elles durent au **minimum 1H30**. Ainsi, dans le cadre de l'engagement volontaire (service civique), une dizaine de jeunes se rendent en binôme chez les personnes âgées, **encadrés par un agent salarié de la CC2SO** et la responsable du Service d'Accompagnement pour bien Vieillir à Domicile (SAVD). Le service civique est un **engagement citoyen et volontaire** au service de l'**intérêt général**.

Il s'agit de **visites de compagnie** (conversation, lecture, ateliers d'écriture, recueils de témoignage, ateliers manuels, chant, cuisine, jeux...) ou de **visites d'accompagnement** (promenades chez des proches, voisins, familles, commerçants...) ou pour des sorties et actes de la vie courante, animations collectives, activités des associations et clubs locaux, sorties culturelles, cinéma...

Les jours et horaires d'intervention sont définis avec le bénéficiaire et le service.

**Si vous souhaitez vous inscrire gratuitement, ou si vous connaissez des personnes isolées intéressées, merci de contacter la CC2SO au 03 22 90 19 65 ou par courriel : [contact@cc2so.fr](mailto:contact@cc2so.fr)**

