

**Calendrier Sessions de sensibilisation – Janvier à Juin – page 1/2**  
**INFOMATION / FORMATION et AMELIORATION DES PRATIQUES – GRATUITES**

<b>Pour les aidants de personnes âgées</b>	<b>AIDANTS FAMILIAUX</b> – Sessions identifiées par « <b>AF</b> » <b>AIDANTS PROFESSIONNELS</b> – Sessions identifiées par « <b>AP</b> »
Lieu	Lycée Privé Agricole Vallée de l'Hérault - Chemin de carabotte, 34150 Gignac
Modalités d'inscription	Retourner le formulaire de demande d'inscription à <a href="mailto:contact.crt@gecoh.fr">contact.crt@gecoh.fr</a> Téléchargeable sur le site du GECOH
<b>Répit pour les aidants familiaux</b>	<b>Aidant familial</b> , vous souhaitez assister à une session de sensibilisation ? Vous avez besoin d'un temps de répit. Notre antenne de Gignac peut accueillir votre parent âgé et lui permettre de participer à des activités pendant le temps de la session. Il vous suffit de nous en faire la demande au moment de votre inscription à la session, au moins 3 semaines avant la date de la session.

Date	Thématique	Intervenants	Horaires	Code session
30/01/2025	<b>AF et AP</b> Stress - Calmer le mental : enlever les pensées négatives et le remplacer par des pensées positives	<b>COMPLET</b> et Nadine Maurette Chevalier - Sophrologue	14h15 à 16h15	01-01
06/02/2025	<b>AF et AP</b> Projet personnalisé et fragilité : comment, dans mon champ d'intervention, j'aide et je contribue à construire le projet personnalisé ? comment le faire vivre à mon niveau ? que faire, face à la situation ressentie comme complexe ?	<b>Reste 2 places</b> Caroline Mouget et Clémence Soustelle – Coordinatrice parcours DAC 34	14h15 à 16h15	02-02
11/02/2025	<b>AF et AP</b> Partage d'expériences : L'agressivité - comprendre et gérer...	Fabienne Lucas - Psychologue	14h15 à 16h15	02-03
06/03/2025	<b>AP</b> La sexualité chez la personne âgée : la relation à l'intime, comprendre et gérer	Claude Maurand – Directrice d'EHPAD	14h15 à 16h15	03-04
11/03/2025	<b>AF et AP</b> Alzheimer et maladies apparentées - Au-delà du diagnostic, qu'est-ce qu'il est possible de faire pour accompagner et stimuler les capacités ?	<b>COMPLET</b> Roselyne Lefur ou Brigitte Henriot – France Alzheimer	14h15 à 16h15	03-05
20/03/2025	<b>AF et AP</b> Bien manger pour bien vieillir - agir en prévention : comment lutter contre la dénutrition et la déshydratation	<b>Reste 1 place</b> Fatima Seddiki - Diététicienne	14h15 à 16h15	03-06
25/03/2025	<b>AF et AP</b> La dépression chez le sujet âgé	Marie Tyar Boissonnade - Psychologue	14h15 à 16h15	03-07
03/04/2025	<b>AF et AP</b> Les gestes de 1ère urgence (ex. les fausses routes)	Emilien Rey-Archambault IDE + Benjamin Gil Ergothérapeute	14h15 à 16h15	04-08
13/05/2025	<b>AF et AP</b> Utilisation des aides techniques - le sommeil ; limiter la prise de risque la nuit ; favoriser l'autonomie de la personne âgée	Lucie Bourdel IDEC et Laure Reverbel Directrice Comptoir médic.	14h15 à 16h15	05-09
15/05/2025	<b>AF et AP</b> Repérage des signaux faibles et alerter : situations à risque, analyse des constantes	Florence Roger -Medco du CRT Cœur d'Hérault	14h15 à 16h15	05-10



**Calendrier Sessions de sensibilisation – Janvier à Juin – page 2/2**  
**INFOMATION / FORMATION et AMELIORATION DES PRATIQUES – GRATUITES**

<b>Pour les aidants de personnes âgées</b>	<b>AIDANTS FAMILIAUX</b> – Sessions identifiées par « AF » <b>AIDANTS PROFESSIONNELS</b> – Sessions identifiées par « AP »
Lieu	Lycée Privé Agricole Vallée de l'Hérault - Chemin de carabotte, 34150 Gignac
Modalités d'inscription	Retourner le formulaire de demande d'inscription à <a href="mailto:contact.crt@gecoh.fr">contact.crt@gecoh.fr</a> Téléchargeable sur le site du GECOH
<b>Répit pour les aidants familiaux</b>	<b>Aidant familial, vous souhaitez assister à une session de sensibilisation ?</b> Vous avez besoin d'un temps de répit. Notre antenne de Gignac peut accueillir votre parent âgé et lui permettre de participer à des activités pendant le temps de la session. Il vous suffit de nous en faire la demande au moment de votre inscription à la session, au moins 3 semaines avant la date de la session.

Date	Thématique	Intervenants	Horaires	Code session
20/05/2025	<b>AF et AP</b> Accompagnement à la mobilité : faire avec la personne âgée – 1ère partie (sur 2) : les déplacements debout, assis (faire avec la personne âgée et prévenir l'usure professionnelle)"	Caroline Roux Formatrice SAP LPAVH	14h15 à 16h15	05-11
22/05/2025	<b>AF et AP</b> Stress - Pratiquer le lâcher-prise : prendre de la hauteur ; élargir ses capacités d'actions	Nadine Maurette Chevalier	14h15 à 16h15	05-12
03/06/2025	<b>AF et AP</b> « Approche non-médicamenteuse : soulager la douleur autrement que par des médicaments	Lucie Bourdel et Fabienne Lucas	14h15 à 16h15	06-13
05/06/2025	<b>AF et AP</b> Utilisation des aides techniques : aides au transfert, verticalisateur, lève-personnes, guidon, planche, drap de glisse,...	Caroline Roux Formatrice SAP LPAVH Laure Reverbel D'trice Comptoir médical	14h15 à 16h15	06-14
17/06/2025	<b>AF et AP</b> Mesures de protection : pourquoi et comment anticiper les problèmes juridiques liés à la perte d'autonomie ?	Elodie Lopez-Arnone Stéphanie Battmann de Droits Quotidiens et le SDA Centre	14h15 à 16h15	06-15
19/06/2025	<b>AF et AP</b> Parkinson : Distinguer la maladie de Parkinson de l'Alzheimer - Eviter de créer ou renforcer des blocages - Accompagner le développement des capacités - Tester des simulateurs de la maladie de Parkinson.	Danièle TRITANT France Parkinson	14h15 à 16h15	06-16
01/07/2025	<b>AF et AP</b> Que faire face au refus de soin - Favoriser le consentement à l'accompagnement de la personne âgée, communication verbale et non verbale	Magalie Vigoureux Coordinatrice Aide- Soignante	14h15 à 16h15	07-17
03/07/2025	<b>AP</b> Repérer précocement la fragilité chez les séniors (ICOPE)	CPTS et Nicolas Szachsznajder enseignant APA	14h15 à 16h15	07-18

