

MAISONS D'ACCUEIL COMMUNAUTAIRE

Newsletter mensuelle

N°1 - Janvier 2018

Atelier découverte le 6 mars 2018

Cet atelier a pour but de présenter et d'expérimenter les outils d'animation **Isolitude** et **I'M[age]**. Ces *kits* s'adressent à toute personne qui anime des groupes d'adultes. Ils permettent d'ouvrir le dialogue sur le thème de l'isolement mais également de croiser les regards de différentes générations et d'enrichir les représentations qu'elles ont les unes des autres.

Téléchargez ces outils sur www.cultures-sante.be/nos-outils.



Plus d'informations concernant l'atelier :

Quand : mardi 6 mars de 13h30 à 16h30

Où : Maison Citoyenne rue Charles Capelle 19, 5590 Ciney

Animateur : Jérôme Legros de Cultures & Santé

Participation : gratuite sur **inscription préalable**

Infos et inscriptions : contactez Dominique
au 081/75.00.46 ou par mail via info@clpsnamur.be

Dans ce numéro, retrouvez également :

MACA
Wellin,
échanges
& bien-être
Page 2

MAC de
Héron, pro-
jet d'exten-
sion
Page 3

Plan de
formation
2018
Page 4



MACA Wellin, échanges & bien-être

En voilà une bonne idée... La MACA Wellin a fait plaisir à ses aînés en leur offrant une séance de bien-être en ce mois de janvier. Ils se sont fait chouchouter par les élèves de la section esthétique de l'Athénée Royal de Marche-en-Famenne.

Manucure, massage des mains ou de la tête, soins du visage : autant dire que les élèves se sont bien exercés...

Quelle belle association !

Retrouvez toutes les photos et les bonnes idées de la MACA Wellin sur leur page Facebook.



Focus : service gratuit à Vaux-sur-Sûre

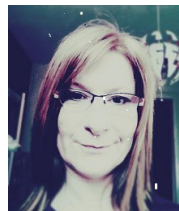
Un(e) écrivain(e) public(ue) peut accompagner les personnes dans la rédaction et/ou la compréhension des courriers personnels, officiels ou administratifs.



Uniquement sur rendez-vous en appelant le 061/25.00.06.

MAC de Héron : projet d'extension

Véronique nous fait le plaisir de présenter la nouvelle offre de la MAC de Héron. « Il s'agit de proposer un **nouveau jour d'ouverture les lundis** avec une offre de services légèrement différente : des sorties culturelles, des initiations à des techniques artisanales, des activités sportives et d'autres activités à la carte selon les envies et disponibilités des personnes. Ces journées seront consacrées à la découverte et l'ouverture vers l'extérieur.



Les objectifs sont multiples. La **redynamisation** de notre MAC, attirer et rencontrer la demande d'un nouveau public en proposant des **activités** et des **projets variés**, notamment pour les personnes plus autonomes et augmenter notre **visibilité**. Nous espérons, par ce nouveau fonctionnement, proposer des activités adaptées à chacun en respectant les centres d'intérêts variés. »

Petit mot de remerciement à Régine

En juillet dernier Régine a quitté notre MAC pour des raisons de restructurations. Pendant plus de 7 ans, elle a partagé la vie de la maison des Châtaigniers rythmée par ses arrivées et ses départs.

Que de bons moments vécus et de fous-rires !

Régine a été une partenaire de travail plus qu'une collègue quand on ne nous prenait pas pour un vieux couple... ☺

Afin de la remercier, les personnes âgées et moi-même l'avons invitée au restaurant pour lui offrir un petit cadeau.

Merci à elle pour tout ce qu'elle a apporté à la maison des Châtaigniers.

Françoise

Focus : qu'est-ce qu'une ville-amie des aînés ?

Une ville-amie des aînés est un environnement urbain participatif et accessible qui favorise un vieillissement actif. Avec son réseau mondial, l'initiative de l'OMS (Organisation mondiale de la santé) vise à promouvoir la convivialité des villes et communes pour faire face au vieillissement rapide de la population. Le programme cible les facteurs environnementaux, sociaux et économiques qui influent sur la santé et le bien-être des adultes les plus âgés. Brochure disponible sur le site de la Province de Namur :

www.province.namur.be/ville_amie_des_aines.

Plan de formation 2018

Le programme des formations à destination des animatrices des MAC est en préparation.

Je vous livre en primeur les thématiques qui vous seront proposées lors de ces journées :

- **Travailler avec des bénévoles** : formation ouverte aux coordinatrices et animatrices des MAC.
- **Connaître son fonctionnement et repérer celui des autres** afin de mieux interagir.
- Intersivision - **gestion diplomate et positive de la diversité** : « Comment faire de la diversité une force ? ».
- **Comment favoriser une ambiance de bien-être et de détente au sein des MAC ?** : un panel varié de techniques vous sera proposé.
- **Repérer, adapter et animer des jeux de table** adaptés aux personnes âgées.

Le programme détaillé ainsi que le nom des formateurs et les dates de formation vous seront communiqués en mars 2018.



A très bientôt.

Isabelle

Besoin d'informations complémentaires ?
N'hésitez pas à nous contacter :

info.mac@admr.be

Tél : 081 20 79 90
Fax : 081 20 79 99

Permanence le lundi, mardi
et mercredi de 8h30 à 17h.

Avec le soutien de la Wallonie



Wallonie

AViQ

Agence pour une Vie de Qualité

 Familles  Santé  Handicap

Editrice responsable :
Brigitte PIERARD

Directrice générale de l'ADMR

Route de Hannut 55/2, 5004 BOUGE