

Le Clic : un guichet unique au service
des seniors et de leur famille



Les rendez-vous du Clic



février > juin
2020



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL

Les missions du CLIC



1

Accueil, écoute, information et orientation sur...

- ➔ les services d'aides à la personne
- ➔ les différents modes d'accueil et les structures d'hébergement
- ➔ les démarches administratives et l'accès aux droits
- ➔ les organismes, les associations de loisirs et d'animations ainsi que les établissements médicaux et sociaux

2

Évaluation des besoins de la personne aidée

L'évaluation des besoins peut se faire lors d'un entretien au bureau ou lors d'une visite à domicile. Les demandes peuvent être faites par la personne aidée, sa famille ou un professionnel. Les professionnels du CLIC préciseront les objectifs de l'entretien comme par exemple évaluer l'autonomie, les ressources, l'environnement ou encore l'accès aux droits.

À l'issue de l'entretien, l'intervenant remet un document intitulé **Plan d'aide personnalisé**. Ce document est complété avec la personne aidée et repose sur l'analyse de ses besoins, ses propositions et celles de ses proches.

3

Actions collectives de prévention

Le CLIC développe son propre programme d'actions collectives de prévention à l'attention des seniors. Des réunions publiques et des ateliers sont organisés pour apporter des informations et astuces, de façon ludique et conviviale, sur des sujets du quotidien et en adéquation avec les besoins des seniors : la vitalité, la mémoire, le numérique, l'aide aux aidants, accès aux droits ou encore la prévention routière.

Le programme des rendez-vous...

Atelier nutrition

Du 11 fév. au 31 mars
de 10h à 12h

Salle de la Fontaine
Place de la Fontaine - Landrévarzec

Thème : 6 séances pour décrypter ses habitudes alimentaires et une séance de suivi 3 mois après.



Réunion publique

mar. 4 fév. de 10h à 12h
Salle de la Fontaine
Place de la Fontaine
Landrévarzec

→ Inscription lors de
la réunion publique

Atelier vitalité

Du 18 fév. au 31 mars
de 14h à 16h30

Salle du conseil municipal
1 route de Ty Fléhan - Edern

Thème : 6 séances pour prendre soin de soi, acquérir les bons réflexes du quotidien, tout en échangeant dans la convivialité.



Réunion publique

mar. 4 fév. de 14h30 à 16h
Espace Angot
2 rue de la Libération
Edern

→ Inscription lors de
la réunion publique





Atelier activités physiques adaptées



**Du 13 fév. au 4 juin
de 14 h à 15 h 30**

MSP - Salle Polyvalente
2, rue de l'Île de Man - Quimper

Thème : 12 séances d'activités physiques adaptées pour améliorer sa mobilité, travailler son équilibre et sa souplesse.



Réunion publique

jeu. 6 fév. de 14h à 16h
Maison des Services Publics
Salle polyvalente
2 rue de l'Île de Man
Quimper

→ **Inscription lors de
la réunion publique**

Ateliers santé



«Mon sommeil j'y tiens»

Venez vous informer pour comprendre et améliorer votre sommeil et participer à 5 séances pour apprendre des exercices simples et facilement reproductibles.

**du 4 mai au 8 juin
de 14 h à 15 h**

Salle du club de l'amitié
19 rue de la Mairie - Guengat

→ **Inscription auprès du CLIC**



Habitat

Anticipez un projet de logement adapté ou adapter son logement avec l'avancée en âge. Venez vous renseigner sur les dispositifs et les aides existantes lors des réunions publiques!



Réunion publique

mar. 12 mai de 14h à 16h
Maison des Services Publics
Salle polyvalente
2 rue de l'Île de Man
Quimper

Réunion publique

jeu. 28 mai de 14h à 16h
Mairie - Salle des mariages
rue du Général de Gaulle
Briec

Réunion publique

lun. 8 juin de 14h à 16h
Maison Pour Tous
Plasenn Betziesdorf
Plomelin

Le Clic tient à remercier ses partenaires pour leur collaboration

- Brain Up
- ASEPT Bretagne
- Dispositif Vas-y de la fondation Ildys
- Sports pour tous
- Service foncier habitat de QBO
- Les mairies de Briec, Edern, Guengat, Landrévarzec, Plomelin et Quimper





1 Accueil, écoute, information et orientation

2 Évaluation des besoins de la personne aidée

3 Actions collectives de prévention



LE CLIC (Centre Local d'Information et de Coordination) est un établissement médico-social destiné à apporter une réponse de proximité au projet de vie des personnes âgées en assurant l'égalité d'accès aux droits et aux services d'aide à la personne.

Pour des conseils personnalisés, il faut pousser la porte du Clic !

Sa vocation ?

Apporter une information complète et gratuite sur tous les dispositifs et aides existants, qu'ils soient publics ou privés.

CLIC DE L'AGGLOMÉRATION DE QUIMPER - CIAS

8 rue Verdelet - 29000 Quimper

02 98 64 51 01

clic.quimper-agglo@quimper.bzh