



## DOSSIER P.2

Les résultats de l'enquête :  
auprès des personnes de 60 ans et plus

### Les ateliers collectifs

Le programme des  
ateliers d'octobre à  
novembre



### Le CLIC c'est quoi ?

Un guichet unique pour  
les personnes de 60 ans  
et plus





## Retour sur l'enquête auprès des personnes 60 ans et plus

4852 enquêtes ont été distribuées sur les 39 communes du territoire, 851 enquêtes ont été retournées soit 17 %.

Une présentation des résultats a été organisée sur chacun des secteurs du CLIC. Environ 80 personnes au total sont venues prendre connaissance des futures actions : habitants retraités, partenaires et élus locaux.

### Sur l'ensemble du territoire CLIC, voici les thèmes retenus :

- **Les après-midi à thèmes** : prendre soin de soi, l'alimentation, la transmission du patrimoine, le sommeil.
- **Les ateliers** : mémoire, gym douce, détente (yoga, sophrologie...), informatique, code de la route, art créatif, jeux...

### Quelques chiffres... :

	CC Région de Suippes	CU Grand Reims	Agglomération de Chalons-en-Champagne	CC Moivre et Coole
Taux de retours d'enquêtes	272/1472 soit 18 %	299/1216 soit 24 %	221/1359 soit 16%	95/802 soit 12%
Le Clic est connu du public à :	70 %	20 %	27 %	23 %
Intéressés par les après-midi à thèmes	38 %	39 %	37 %	45 %
Intéressés par des ateliers	45 %	44 %	45 %	60 %
Souhaitent la mise en place du journal	44 %	82 %	82 %	91 %
Acceptent de le distribuer	24 %	25 %	31 %	40 %

Ces rencontres conviviales ont permis de faire connaissance avec les habitants présents, de répondre aux différentes interrogations et d'améliorer la communication sur le service.

L'idée est de créer du lien social et de proposer aux habitants retraités une démarche participative et permettant à chacun de trouver sa place. Plusieurs personnes se sont déjà portées volontaires pour distribuer le journal du CLIC et un réseau de distributeurs se constitue !

# Les ateliers collectifs\*

\* gratuits

## OCTOBRE

**Atelier sur le sommeil (3 séances de 2H)**  
Inscriptions pour le 30 septembre 2023

Les vendredis 6, 13 et 20 octobre 2023 de 14H à 16H

Salle des associations 7 place de la mairie à Bétheniville

### Les objectifs :

- Connaître les conseils et les astuces à appliquer au quotidien, en journée ou pendant la nuit, pour faire face aux difficultés ;
- Découvrir les différences entre ces difficultés passagères normales et les pathologies liées au sommeil ;
- Expérimenter certaines techniques de relaxation et de respiration pour mieux gérer les nuits difficiles.

## NOVEMBRE

« **RESTONS MOBILES** »  
avec l'association prévention routière.

Inscriptions pour le 15 octobre 2023.  
20 personnes maximum par 1/2 journée

Les 7 et 9 novembre de 14H à 17H

Salle des fêtes de la pomme d'or à Mourmelon le Petit.

**Programme du 7 novembre : « restez mobiles et distracteurs »**

- **Remise à niveau du code de la route:**  
- Point sur les nouveautés du code de la route - Point sur les infrastructures à prendre en compte - Point sur les réalités physiques de la conduite - «Les distracteurs au volant» et comment les éviter.

**Atelier sur l'équilibre alimentaire (5 séances de 2H)**

Inscriptions pour le 30 septembre 2023

Les mardis 3,10,17,24 et 31 octobre 2023 de 14h à 16H

Au centre social et culturel J. Huguin 9 rue St Cloud à Suippes

### Les objectifs :

- L'alimentation, le mouvement, la vie ;
- L'équilibre alimentaire, les composants indispensables ;
- Faire face aux coups de fatigue grâce à l'alimentation ;
- Comment lire et surtout comprendre l'étiquetage ;
- Une alimentation saine et équilibrée à petit budget.

**Programme du 9 novembre : « Alcool au volant » et « tous piétons »**

- **Alcool au volant** : Sensibiliser aux risques routiers liés à l'alcool au volant. Atelier ludique et pédagogique permettant de prendre conscience de la différence entre les doses réglementaires et les doses « maison ».
- **Tous Piétons** : Se déplacer à pied en toute sécurité. Jeu en équipe de type « questions pour un champion » avec des mises en situations concrètes via des photos, vidéos, animations sur la signalisation et les risques routiers.

Nos partenaires



L'ASEPT (Association Santé Education et Prévention sur les Territoires)

proposera prochainement 3 ateliers :

**Atelier Pep's Eureka (Mémoire) | Atelier équilibre | Atelier seniors au volant**

Les dates seront communiquées ultérieurement mais vous pouvez dès maintenant vous pré-inscrire auprès de Mme Person

Prochainement

# Le CLIC ? C'est quoi ?

## Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) à Suippes : Un Guichet Unique pour les personnes de 60 et plus.

Situé au cœur de la ville de Suippes, au 15 place de l'Hôtel de Ville, le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) offre un guichet unique conçu spécifiquement pour les personnes âgées de 60 ans et plus ainsi qu'à leur entourage.

### Accompagnement individuel : Un Service Personnalisé

Les coordinatrices (assistante de service social et conseillère en économie sociale et familiale) sont présentes pour vous accompagner de manière individuelle et personnalisée dans différentes démarches soit dans les locaux du CLIC, soit à votre domicile.

#### ● L'accès aux droits :

Vous écouter, vous informer, vous conseiller sur vos droits, vous renseigner et vous orienter vers les services existants.

#### ● L'accès aux soins et aux services :

Vous orienter vers les prestations de soins de santé et autres services nécessaires.

#### ● Accompagnement dans les situations complexes :

Proposer des solutions dans différents domaines tels que l'aide à domicile, les aides financières, les structures d'hébergement, etc.

Quelques exemples: demande de retraite, de mutuelle santé, d'aide financière, de portage de repas, mais aussi demande d'aide à domicile, d'entrée en EHPAD pour un parent, de téléassistance, etc...

### Accueil Collectif : Prévention et Information

Le CLIC organise également des actions collectives de prévention et d'information sur différentes thématiques, vous pouvez retrouver les actions du CLIC à l'intérieur de ce journal.

### N'hésitez pas à contacter les coordinatrices :

#### Pour l'accompagnement individuel Estelle OLIVIER

☎ 03 26 63 54 48

#### Emilie ANDRE

☎ 03 26 63 54 47

#### Pour les actions collectives Isabelle PERSON

☎ 03 26 70 55 46



Infos

## CIAS de la Région de Suippes | CLIC des sources

15 place de l'Hôtel de ville 51600 Suippes  
clic@cc-regiondesuippes.com

**Permanences téléphoniques du lundi au vendredi de 8H30 à 12H et de 13h30 à 17h**  
Besoin d'un rendez-vous, n'hésitez pas à nous contacter