

Événement



Journée Gardoise Monalisa

Le 05 décembre 2023 à l'Espace Pélico
à Anduze

De 9h30 à 17h00

Discours officiels de lancement de la journée à 10h00

Au programme : rencontres, convivialité & partage
tout au long de la journée !



Au programme :

Toute la journée de 10h15 à 12h15 et de 14h à 17h -

Les stands d'information :

Gard' et Autonomie : Les aides techniques (prévention des chutes, aménagement du domicile, utilisation du déambulateur, différentes postures). **Monalisa et ses partenaires, les services du Conseil Départemental du Gard.**

De 12h30 à 14h : Repas (sur inscription -Ticket remis à l'entrée) (Pour les équipes Monalisa, les intervenants et les partenaires) .

Sous forme d'un buffet , en partie servi à table par les bénévoles

Emplacement libre, mixité entre les équipes.

Offert par Monalisa-Gard et ses partenaires.

Menu festif.

L'après-midi , de 14h30 à 17h, ouvert au public : TABLE RONDE sur le thème de « L'isolement des personnes âgées, quels constats ? Quelles actions ? »

- **Intervention de Monalisa national** sur le thème de l'isolement des personnes âgées :

De quoi s'agit-il ? Qui intervient ? pour quelles réponses ?

- **Présentation du diagnostic** « Isolement des personnes âgées sur le territoire Aigoual Cévennes » par le Conseil Départemental du Gard.

- **Présentation par des équipes citoyennes du Gard de leurs actions:** 4 équipes de citoyens bénévoles Monalisa nous font part de leur expérience.

Les ateliers (inscriptions en amont) - Tout au long de la journée

- **Ateliers Bien-être/ Relaxation par massage**
 1. Marine ANDRE (Géronopraticienne) : Intervention individuelle toutes les 15 minutes.
 2. Sophie GUIGOU (Réflexologue) : Intervention individuelle toutes les 30 minutes.
- **Atelier mémoire** animé par ARCOPRED, (« Mémoire qui flanche »).
 - Un groupe de 15 personnes maximum.
 - Un atelier le matin et un atelier l'après-midi.
- **Atelier Activité Physique Adaptée** animé par Nîmes Sport Santé
 - Uniquement le matin : deux sessions : 10h30 et à 11h30.
 - 15 personnes par atelier.
- **Atelier Lithothérapie** animé par « Vivance Coaching » ;
 - Outil de développement personnel basé sur l'utilisation de pierres naturelles .
 - 1 atelier le matin et 2 ateliers l'après-midi. 8 personnes par atelier.
- **Atelier Estime de soi** animée par Sandrine NOGUERA socio esthéticienne (Bénévole équipe du CCAS de Nîmes) .
 - 20 minutes par personnes.
 - 20 à 25 personnes maximum dans la journée.
- **Atelier Sophrologie** animé par la Sophrologue Emmanuelle BAIDES
 - 5 séances de 45 minutes pour un groupe de 12 personnes.
- **Atelier Cuisine et découverte/nutrition** animé par Lilas BENARD du CODES 30
- **Atelier Cohabitation intergénérationnelle** animé par Manon POITEVIN de La Logitude.

Contact :

Philippe BOULET

Chargé de mission

07.68.79.20.59



monalisa.gard@gmail.com



www.monalisagard.com



Monalisa Gard

