



# La lettre du Verdus

Saint-Guilhem-le-Désert

---

## AU SOMMAIRE

- Soirée d'accueil des nouveaux habitants
  - Création d'un réseau de glanage en pays Cœur d'Hérault
  - bulletin d'information & animations proposées par le CRT "bien vieillir en cœur d'Hérault"
- 

**NOUVEAUX  
HABITANTS  
EN VALLÉE DE L'HÉRAULT**

**Soirée d'accueil**  
Jeudi 11 septembre 2025 à 18h30

*au Parc de Camalcé siège de la  
communauté de communes à Gignac*

*inscription obligatoire*  
Communauté de communes :  
04 67 67 16 78  
[communication.ccvh@cc-vallee-herault.fr](mailto:communication.ccvh@cc-vallee-herault.fr)

## Nouvel-le habitant-e à Saint Guilhem?

Comme pour tou-te-s les nouveaux-elles venu-e-s en vallée de l'Hérault, vous êtes convié-e à la **soirée d'accueil des nouveaux habitants!**

👉 le jeudi 11 septembre à Gignac (parc de Camalcé)

Toutes les personnes installées entre août 2024 et juillet 2025 en vallée de l'Hérault sont invitées à venir se rencontrer et à découvrir les services du territoire qui leur sont dédiés.

**Programme :**

À partir de 18h30, accueil des nouveaux habitants (remise d'une pochette « Bienvenue ! »),

Suivi d'un discours officiel d'accueil du Président et du Directeur Général des Services

Une collation sera offerte ! 🍷

---

## Création d'un réseau de glanage en Pays Cœur d'Hérault



**Le glanage, cette pratique ancestrale qui n'a pas complètement disparu...**

Millet, Agnès Varda... ils ont mis en lumière une tradition séculaire qui consiste à récolter les fruits, légumes laissés dans les champs ou sur les arbres après une récolte, ou qui n'ont pas pu être vendus (surplus, défauts esthétiques, etc.).

Aujourd'hui le Pays Coeur d'Hérault souhaite lancer un projet sur notre territoire.

Vous en trouverez un présentation ci-dessous, ainsi qu'un questionnaire.

**Merci pour votre participation!**

## [LE QUESTIONNAIRE C'EST ICI :\)](#)



### Création d'un réseau de glanage en pays coeur d'hérault

*Aidez nous à construire le projet !*

#### ENJEUX ET CONTEXTE DU PROJET

Chaque année, des fruits et légumes restent non récoltés ou sont jetés faute de débouchés. Nous lançons donc une phase exploratoire pour imaginer, avec les acteurs du territoire, une organisation collective de mise en place d'un réseau de glanage, au service de :



**La lutte contre le gaspillage alimentaire**, en valorisant les fruits et légumes non récoltés ou déclassés

**L'accès à une alimentation de qualité pour toutes et tous** en proposant des prix solidaires

**Le lien** entre agriculteurs, citoyen.nes, et structures solidaires

**La mise en avant** des initiatives alimentaires locales

#### EN QUOI ÇA CONSISTERAIT ?

##### **Le glanage c'est quoi ?**

Le glanage consiste à récolter les fruits, légumes laissés dans les champs ou sur les arbres après une récolte, ou qui n'ont pas pu être vendus (surplus, défauts esthétiques, etc.). Il devra se faire avec l'accord des producteurs ou propriétaires des espaces mobilisés, dans un cadre encadré et collectif.

##### **Les modalités envisagées**

**Forme juridique :** don (défiscalisable) ou vente à prix réduit

→ Avec accord écrit entre le donateur/vendeur et la structure porteuse de l'opération

→ Assurance responsabilité civile ou adhésion à l'asso porteuse pour les glaneurs/glaneuses

**Qui peut participer ?**

→ Toute personne volontaire, dans un cadre organisé et accompagné

**Où ?**

→ Chez des maraîchers ou arboriculteurs volontaires, selon les surplus disponibles

→ Sur des terrains publics ou privés (avec autorisation), notamment pour la récolte d'olives à l'automne

→ Chez des particuliers (ex. : arbres fruitiers non récoltés)

**Et ensuite ?**

→ Les produits glanés seraient :

- Partagés entre le donateur (en cas de don), les participant-es et les associations impliquées
- Transformés collectivement (confiture, compote, huile...) pour prolonger leur conservation



## LES ETAPES DU PROJET

- 1 Recherches et cadre de travail
  - 2 Etat des lieux des initiatives alimentaires locales  
+ Rencontres avec les acteurs clefs du territoire
  - 3 Echanges autour des collaborations possibles
  - 4 Emergence de potentiels projets
  - 5 Expérimentation
  - 6 Premier bilan, ajustements pour pérenniser l'action
- Phase actuelle

# ON A BESOIN DE VOUS !

Vous êtes agriculteur.ice, citoyen.ne, bénévole, membre d'une association ou d'une collectivité ?

→ Votre avis, vos idées et vos envies nous intéressent et sont précieux pour nous aider à imaginer ensemble une organisation locale du glanage adaptée au territoire et à ses habitants !

**Sofia Binisti**

06 48 99 45 49

stagiaire\_pat@coeur-herault.fr



2/2

## Message du CRT Coeur d'Hérault

Nous proposons cette année encore de nombreuses animations sur le thème du "bien vieillir".

Au programme, de nouvelles thématiques et la réédition des certaines sessions particulièrement appréciées pour lesquelles les inscriptions ont du être reportées car la jauge maxi atteinte.

 Autre nouveauté, nous expérimentons, en fonction des thématiques, avec l'aval des intervenants, le mode hybride (présentiel et **distanciel**) - **uniquement sur demande** de votre part à [contact.crt@gecoh.fr](mailto:contact.crt@gecoh.fr)

**Pour qui ?** accessible à toute personne qui intervient de près ou de loin auprès de personnes âgées, **aidant naturel** (famille, proche, voisin) ou **aidant professionnel** à domicile ou en établissement.

**Combien ça coute ?** gratuit.

**Le lieu ?** reste le même, notre partenaire privilégié le Lycée Privé Agricole de la Vallée de l'Hérault met à disposition les salles de formation et leurs équipements.

**La durée ?** 2 heures de 14h15 à 16h15

 Pour les aidants naturels qui auraient besoin d'un **temps de répit** pour pouvoir participer aux sessions, le CRT Cœur d'Hérault propose d'accueillir à notre antenne de Gignac le parent aidé. Voir conditions sur le bulletin d'inscription.

Pour toute question, contactez-nous à [contact.crt@gecoh.fr](mailto:contact.crt@gecoh.fr) ou au 07 43 36 58 93

Rendez-vous sur le site du GECOH pour les informations sur le CRT Cœur d'Hérault : <https://www.gecoh.fr/crt-coeur-d-herault-bien-vieillir-a-domicile>



## Le CRT Cœur d'Hérault, ce sont 3 missions en faveur des personnes âgées de plus de 60 ans.



1

Des ateliers collectifs et des animations pour prévenir la perte d'autonomie et lutter contre l'isolement.

2

Un accompagnement renforcé à domicile par une équipe pluridisciplinaire.

(actuellement, uniquement sur les communes du Clermontais)



3

Des sessions d'information formation pour les particuliers aidants de personnes âgées et les aidants professionnels.

**Toutes nos actions sont gratuites** (financé par l'ARS).

Pour plus d'informations, rendez-vous sur notre site :  
<https://www.gecoh.fr/le-choix-de-veillir-chez-moi>

**07 43 36 58 93**

# L'ISOLEMENT CONDUIT À LA PERTE D'AUTONOMIE

L'isolement social est une cause fréquente de perte d'autonomie chez les personnes âgées. Il peut entraîner un repli sur soi, une baisse de moral, une diminution de l'activité physique et cognitive. Sans interactions régulières, les repères se perdent, la motivation diminue et les gestes du quotidien deviennent plus difficiles.

**Favoriser un quotidien rythmé, avec des interactions régulières, aide à préserver l'équilibre physique et psychique :**

- participez à des clubs, des activités locales ou des sorties organisées par le CRT, les mairies ou les associations locales.
- sollicitez les voisins ou les associations.

Même quelques heures par semaine suffisent à faire la différence.

Les aidants peuvent jouer un rôle crucial en facilitant ces démarches, en organisant des sorties simples, en proposant des visites régulières, ou en mettant en place des appels vidéo pour maintenir le lien.

La stimulation sociale est un véritable "entretien" de l'autonomie.



## L'isolement n'est pas une fatalité !

Le CRT Cœur d'Hérault vous propose de participer **gratuitement** à des activités collectives. Renseignements :

**07 43 36 58 93**

[contact.crt@gecoh.fr](mailto:contact.crt@gecoh.fr)

**Sessions d'information / formation et amélioration des pratiques – GRATUIT**  
**Calendrier de septembre à décembre 2025 – 2 pages**

<b>Pour les aidants de personnes âgées</b>	<b>AIDANTS FAMILIAUX et AIDANTS NATURELS</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, aidant naturel</b> , si vous avez besoin d'un temps de répit pour participer à une session de sensibilisation, notre antenne de Gignac peut accueillir, sur demande, votre parent âgé et lui permettre de participer à des activités pendant le temps de la session. Formulaire de demande à transmettre au moins 3 semaines avant la date de la session.

Date et horaires	Thématique	Intervenants	Code session
16/09/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> La déglutition : comprendre le fonctionnement, ce qui peut la perturber. Les fausses routes : comment les éviter et que faire en cas de fausse route ?	Friederike Steller - Orthophoniste	09-20
23/09/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Troubles cognitifs et troubles du comportement : Analyse de la pratique - venez avec vos questions, situations, pratiques, nous les traitons ensemble.	Lucie Bourdel - IDEC et Fabienne Lucas – Psychologue clinicienne	09-22
25/09/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Stress : Calmer le mental : enlever les idées négatives et le remplacer par des pensées positives	Nadine Maurette Chevauchée – Sophrologue caycadienne	09-23
02/10/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Alzheimer et maladies apparentées - Au-delà du traitement, qu'est-ce qu'il est possible de faire pour accompagner et stimuler les capacités ?	Roselyne Le Fur ou Brigitte Henriot – France Alzheimer	09-24
07/10/2025 14h15 à 16h15	<b>AP exclusivement</b> Fin de vie : Prise de recul professionnel suite au décès de la personne accompagnée	Fabienne Lucas – Psychologue clinicienne et Pauline Thulliez – Psychologue du CRT Cœur d'Hérault	10-25
09/10/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Accompagner la mobilité- les déplacements au lit (faire avec la personne âgée) 2ème partie Prévenir l'usure physique et professionnelle (Analyse de la pratique)	Caroline Roux – Enseignant Services d'Aide à la Personne au LPAVH	10-26
14/10/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Créer une relation de confiance avec la personne âgée afin de faciliter son adhésion et sa participation à ses soins et à son projet de vie.	Marie Tyar Boissonnade – Psychologue en Etablissement	10-27
16/10/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Troubles cognitifs - Comment communiquer et agir avec la personne âgée pour éviter de provoquer des émotions difficiles.	Pauline Thulliez et Anne Laure Mendoza – respectivement Psychologue et ASG au CRT Cœur d'Hérault	10-28



**Sessions d'information / formation et amélioration des pratiques – GRATUIT sensibilisation**  
**Calendrier de septembre à décembre 2025 – 2 pages**

<b>Pour les aidants de personnes âgées</b>	<b>AIDANTS FAMILIAUX et AIDANTS NATURELS</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>Répît pour les aidants familiaux</b>	<b>Aidant familial, aidant naturel, si vous avez besoin d'un temps de répît pour participer à une session de sensibilisation, notre antenne de Gignac peut accueillir, sur demande, votre parent âgé et lui permettre de participer à des activités pendant le temps de la session. Formulaire de demande à transmettre au moins 3 semaines avant la date de la session.</b>

Date et horaires	Thématique	Intervenants	Code session
06/11/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Simulateur de vieillissement - Et si vous rentriez dans la peau d'une personne âgée !	Maëlle Gautreau – Ergothérapeute au CRT et Caroline Roux – Enseignante SAP LPAVH	11-30
13/11/2025 14h15 à 16h15	<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 et Elisabeth Berteaud - France Parkinson	11-31
20/11/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Guidon de transfert ? verticalisateur ? lève-personne ? drap de glisse ? planche ? quel aide technique pour favoriser le maintien de l'autonomie de la personne accompagnée et prévenir les Troubles Musculo Squelettique ?	Laure Reverbel – et Caroline Roux – Enseignante SAP au LPAVH	11-32
27/11/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Stress - Pratiquer le lâcher-prise : prendre de la hauteur ; élargir ses capacités d'actions	Nadine Maurette Chevauchée – Sophrologue caycédiennne	11-34
02/12/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Mesures de protection : pourquoi et comment anticiper une perte d'autonomie ?	Bodie Lopez-Arnone Stéphanie Battmann – Juristes Droits quotidiens	12-35
04/12/2025 14h15 à 16h15	<b>AP exclusivement</b> Encadrement technique – Appréhender la relation pédagogique en qualité de tuteur et le travail en doublon.	Magalie Jourdan – AMP et Maguelonne Paulet – Cadre hôtelier et encadrant technique.	12-36
09/12/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> La vaccination, pour moi, pour la personne que j'aide : Comment ça marche ? Quel intérêt ? Pour qui ? Comment je peux aider ?	Alice Hermann – IDEL Ch. de mission CPTS	12-37
16/12/2025 14h15 à 16h15	<b>AF et AP</b> Risque de dénutrition : perte d'appétit, fragilité intestinale et bonnes pratiques en matière d'hygiène alimentaire	Fatima Seddiki - Diététicienne	12-38



**mairie de Saint-Guilhem-le-Désert**

Grand Chemin du Val de Gellone, 34150, Saint-Guilhem-le-Désert

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}  
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

