

AU SOMMAIRE:

- Fermeture des services Lundi de Pentecôte
 - Agenda des animations du CRT
-

La mairie, l'agence postale, et la bibliothèque
seront fermées ce lundi de Pentecôte.

Vous trouverez ci-dessous le calendrier d'animation du CRT (Centre de Ressources Territorial) pour les personnes âgées, avec les thématiques des sessions de sensibilisation pour le mois de juin 2026.

Ces sessions sont **gratuites** et s'adressent aux **aidants professionnels** et aux **aidants familiaux**, toute personne qui aide, même ponctuellement, une personne âgée.

Ces rencontres sont l'occasion d'échanger, de prendre soin de soi, de mieux comprendre le grand âge et de revisiter ses pratiques, en donnant la parole et des clés utiles pour le quotidien.

👉 N'hésitez pas à vous inscrire à une ou plusieurs sessions!

Informations et inscriptions: contact.crt@gecoh.fr

Sessions d'information / formation – GRATUIT
JUIN 2026

Pour qui ?	AIDANTS FAMILIAUX – Sessions identifiées par « AF » AIDANTS PROFESSIONNELS – Sessions identifiées par « AP »
Lieu	Lycée Privé Agricole Vallée de l'Hérault - Chemin de carabotte, 34150 Gignac
Inscriptions	Compléter et retourner la demande d'inscription (ci-jointe) à contact.crt@gecoh.fr

(ci-après : bulletin d'inscription, demande d'accueil pour les personnes âgées aidés)

Accueil et animations pour les personnes âgées aidées

Aidant familial, pour vous permettre de participer aux sessions de sensibilisation, une de nos antennes locales peut accueillir votre parent âgé, le temps de la session.

Nous faire la demande d'accueil de votre parent, au moins 3 semaines avant la date de la session. Formulaire ci-joint, à transmettre à contact.crt@gecoh.fr

Date et horaires	Thématique	Intervenants	Code session
02/06/2026 14h15 – 16h15	Aidants professionnels uniquement Qualité de vie de la personne âgée : la théorie à l'épreuve du quotidien - Entre méthodes Humanitude, Montessori... et contraintes du quotidien, comment ajuster ses pratiques ?	Anne Laure Mendoza, assistante de soins en gériatrie à CRT Cœur d'Hérault. Caroline Roux – Enseignante SAP au LPAVH.	14-06
11/06/2026 14h15 – 16h15	AF et AP Le projet personnalisé, à domicile, en établissement : Comment l'élaborer avec le bénéficiaire et l'entourage ? Questionner ses pratiques et les situations compliquées.	Françoise ALLARD, psychologue – EHPAD L'Ecuveuil Maëlle Gautreau, ergothérap. à CRT Cœur d'Hérault	15-06
16/06/2026 14h15 – 16h15	AF et AP Complet L'agressivité : distinguer agressivité et violence. Jouer la carte de l'apaisement ; porter attention à son non verbal et à ses propos ; utiliser des techniques de désamorçage.	Fabienne Lucas, psychologue EHPAD Vincent Badie	16-06
25/06/2026 14h15 – 16h15	AF et AP Le sommeil : la physiologie du sommeil. Expérimenter quelques stratégies : routines, relaxation, modifications de l'environnement pour la personne âgée et pour soi.	Marie Noëlle Farrié, DIU physiologie et pathologie du sommeil	17-06
30/06/2026 14h15 – 16h15	Aidants Professionnels uniquement Gérer les conflits : conseils pour comprendre les conflits ; 6 techniques efficaces pour prévenir et résoudre les conflits	Ida Perez, CRT Cœur d'Hérault, coach et facilitatrice	18-06



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.

Un accompagnement renforcé à domicile par une équipe pluridisciplinaire.

(actuellement, uniquement sur les communes du Clermontois)

2



3

Des sessions de sensibilisation 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-vieillir-chez-moi>

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](#)

