

LA LETTRE DU CLIC

Centre Local d'Information
et de Coordination



DE L'AVANT PAYS SAVOYARD

Octobre 2026

Le Centre local
d'information et
de coordination (CLIC)
est un lieu d'information,
d'orientation et
d'accompagnement.

POUR EN SAVOIR PLUS

Tél. 04 56 42 43 04

Immeuble la Tissandière
50B rue du stade
73240 SAINT GENIX LES VILLAGES
CLIC-AvantPays@savoie.fr

HORAIRES D'OUVERTURE :

Du lundi au vendredi
de 8h30 à 12h00
et de 14h00 à 17h00

Responsable de la publication :
Anne -Laure BAZIN
Directrice adjointe Maison
sociale du Département –
Avant pays savoyard.

Comité de rédaction :
Sylvie FRESQUET
Chef de service PA/PH - CLIC
Natacha ARRAMBURG
Respects73
Anne-Laure MERCIER
MRSS
Marie-Laure RULLET
Référente PA/PH

Pôle social du Département
Place François Mitterrand
CS 71806
73018 CHAMBERY cedex
Tél. 04 79 60 29 08
PSD@savoie.fr



TOUTE

L'INFO



Réseau santé et vulnérabilités de l'Avant Pays Savoyard

La dernière rencontre du réseau « Santé et Vulnérabilités » de l'Avant-Pays savoyard s'est tenue le vendredi 25 septembre à la Maison des Associations de Novalaise.
[Vous pouvez accéder au compte-rendu de cette réunion à partir de ce lien.](#)

La prochaine réunion du réseau se tiendra le vendredi 20 novembre 2026 de 9h à 12h
Contact : Natacha Arrambourg / 06.74.07.70.77 / n.arambourg@respects73.fr

Un programme riche d'actions pour les aidants sur le territoire !

- Le Café des Aidants de l'Avant Pays Savoyard - Nouveau programme pour la rentrée



Nous vous donnons rendez-vous, un lundi par mois, de 14h30 à 16h30, autour d'un thème.

PROGRAMME 2^{ème} Semestre 2026

Lundi 12 octobre

« Accompagner jusqu'au bout : quelles informations et quels soutiens pour les aidants et leurs proches ? »

Lundi 16 novembre

« Entre protection et information : quelle place donnée aux enfants dans le parcours d'un proche fragilisé ? »

Lundi 14 décembre

« Chaque fin ouvre un nouveau chapitre : échangeons autour des transitions qui marquent nos parcours. »



À cette adresse :
Base d'Aviron, 1003 route des plages – Les Anjou
73470 Novalaise - Accès portail piéton parking principal

Contact :
CLIC : 04 56 42 43 04
marion.cury@savoie.fr
catherine.plassais@savoie.fr

Le Café des aidants est soutenu par nos partenaires :



Pour toute information et intégration du groupe, contactez le CLIC

➤ Ateliers à destination des aidants

Le service autonomie du CIAS du canton des Echelles, et l'Association Française des aidants, organisent aux Echelles des ateliers à destination des proches aidants : Comprendre pour agir : mieux vivre son rôle d'aidant au quotidien !

Pourquoi participer à un atelier?

L'atelier est un temps pour soi, un chemin dans lequel on s'aventure pour y puiser ses propres réponses. **Il a été construit en ce sens, comme un parcours libre où chacun construira ses solutions pour mieux vivre son rôle d'aidant au quotidien en 6 séquences :**

- **Séquence 1** - Je suis proche aidant.e car... la maladie, le handicap ou la dépendance se sont immiscés dans ma relation avec mon proche
- **Séquence 2** - Je suis proche aidant.e et... voici ce que représente pour moi la relation d'aide
- **Séquence 3** - Je suis proche aidant.e et... la relation avec mon proche a évolué
- **Séquence 4** - Je suis proche aidant.e et... je peux compter sur le soutien de mon entourage et des professionnels
- **Séquence 5** - Je suis proche aidant.e et... l'accompagnement de mon proche a un impact sur ma santé
- **Séquence 6** - Je suis proche aidant.e et... j'aimerais concilier ma vie de proche aidant avec ma vie personnelle

Ces ateliers sont gratuits, cependant le nombre de places est limité ! Ils auront lieu les mardis de 14h à 17h du 20 octobre au 1^{er} décembre Aux Echelles – Arcade Café 85 rue des Commandeurs 73360 Les Echelles

Pour s'inscrire, contacter : service autonomie 04 79 68 69 74 sad@cias-residence-beatrice.org

➤ Formation des aidants

L'association **France Alzheimer Savoie** organise en Avant Pays Savoyard des formations gratuites (14h) pour tous les aidants accompagnant un proche souffrant de la Maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, en institution ou à domicile.



**Vous accompagnez un proche au quotidien ?
Ne restez pas seuls !**

La formation sera coanimée par une psychologue et un bénévole spécifiquement formés par France Alzheimer.

Elle aura lieu au CLIC & Ressources 126 place des tilleuls à St Genix-les-villages

Les vendredis 16, 23, 30 Octobre et 6, 20 et 27 Novembre de 14h à 16h30

Renseignements et Inscriptions : 04 80 81 68 37 / soutien.pfr73@outlook.fr



*Je suis proche aidant...
et vous ?*



> Prendre le temps de se questionner sur la relation à son proche et trouver ses propres solutions.
> Mieux connaître et mobiliser les ressources près de chez soi.

[Lien vers l'affiche](#)



Vous accompagnez un proche au quotidien ?
Ne restez pas seuls !
L'association France Alzheimer Savoie organise des formations gratuites (14h) pour tous les aidants accompagnant un proche souffrant de la Maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, en institution ou à domicile.
La formation sera coanimée par une psychologue et un bénévole spécifiquement formés par France Alzheimer.

Lieu d'accueil CLIC et Ressources
126 place des Tilleuls
St Genix-les-villages

Vendredi
de 14h à 16h30
16, 23, 30 Octobre
6, 20 et 27 Novembre

Renseignements et inscriptions :
04 80 81 68 37 / soutien.pfr73@outlook.fr

Mieux connaître les
ressources de la région
et les dispositifs de
soutien à domicile
Renseignements et
inscriptions : 04 80 81 68 37
Adopter une
posture d'aidant
et apprendre à
soutenir le
proche aidant

[Lien vers l'affiche](#)



Conférence sur le sommeil :

Le CIAS du canton des Echelles en partenariat avec l'action sociale et le centre de prévention AGIRC ARRCO vous propose une conférence sur le sommeil :

Le mercredi 14 octobre 2026 à 14h30
À la Résidence Béatrice 200 rue Labisco 73360 Les Echelles

Cette conférence abordera les différents aspects du sommeil, son importance pour la santé et le bien-être, ainsi que des conseils pratiques pour favoriser un sommeil de qualité.

Entrée libre sans réservation

Les Semaines d'Informations sur la Santé Mentale (SISM)

Cette année, les SISM auront pour thématique :

« Pour notre santé mentale ouvrons nous aux arts ».

Au programme en Avant Pays Savoyard :

➤ Ateliers, informations et point écoute :

- Au Collège des Echelles, le lundi 5 octobre de 11h30 à 13h30,
- Au Collège de Saint-Genix-les-Villages, le mardi 6 octobre de 11h30 à 13h30,
- Au Collège de Novalaise, le jeudi 8 octobre de 11h30 à 13h30.

➤ Une journée pour explorer sa santé mentale au travers de l'art

Le samedi 10 octobre, de 9 h à 18 h, la Maison du Lac accueille *L'Art de prendre soin de soi, ouvrons-nous aux arts !* Cette journée gratuite proposera des expositions, des ressources et des pratiques artistiques en accès libre. Des ateliers seront également organisés sur inscription : fresque de la santé mentale, théâtre et émotions, sophrologie, expression créative, médiation et danse des mots.

Inscriptions : framaforms.org/lart-de-prendre-soin-de-soi

➤ Soirée théâtre « La théorie des cordes » :

Un spectacle de théâtre gratuit, destinée aux adolescents et aux adultes. La pièce aborde avec tact le suicide, le mal-être scolaire, le harcèlement et les difficultés rencontrées par les jeunes. La représentation sera suivie d'un échange avec les artistes.

Vendredi 16 octobre à 20h à la Salle des fêtes des Echelles

FORUM sur la Santé Mentale

La CPTS de Yenne organise en partenariat avec le CHS de la Savoie un forum sur la santé mentale à destination des professionnels de santé, élus et acteurs du médico-social.

Mercredi 25 novembre de 18h30 à 21h30 à la salle polyvalente de Yenne

Au programme découverte des acteurs à travers leurs stands et conférence sur les troubles du neurodéveloppement et les ressources en santé mentale.

[Lien vers l'affiche de l'évènement.](#)

[Retrouvez le programme complet des SISM en Savoie](#)

**On vous a transmis cette lettre.
 Vous voulez vous abonner ?**

Adressez un message à :

CLIC-AvantPays@savoie.fr



Un cycle de webinaires sur les violences conjugales

L'Espace Anthéia, Respects 73 et les CPTS de Yenne et Tarentaise s'associent pour vous proposer une série de 4 webinaires, tous les jeudis du mois de novembre 2026 de 12h30 à 14h, afin de renforcer vos connaissances et vos ressources dans le repérage, la prise en charge et l'accompagnement des personnes victimes de violences conjugales.

Au programme :

- Jeudi 5 novembre – Au secours, une victime de violences conjugales : je fais quoi ?
- Jeudi 12 novembre – Après les violences : le trouble de stress post-traumatique,
- Jeudi 19 novembre – La judiciarisation : un indispensable ? Quelles suites ?
- Jeudi 26 novembre – Sur quel réseau s'appuyer ?

Ces webinaires s'adressent aux professionnels de santé, du social et du médico-social.

Inscription : <https://framaforms.org/webinaire-novembre-2026-violences-envers-les-femmes-1784129613>

Permanences et ateliers numériques sur les communautés de communes de Yenne et du Lac d'Aiguebelette

THÉMATIQUE	LIEU	DATE	HORAIRES
LES BONS RÉFLEXES POUR SE PROTÉGER EN LIGNE (cycle de 3 séances) Apprendre à reconnaître les arnaques, vérifier les informations et protéger vos données.	FRANCE SERVICES YENNE	15,22 et 29 septembre	14h-15h30
	CLUB DES AÎNÉS	11, 25 septembre et 9 octobre	9h30-11h
	AEL	5, 19 novembre et 3 décembre	14h-15h30
LES BASES DES SMARTPHONES Votre smartphone vous accompagne partout... apprenez à mieux l'utiliser !	MAIRIE DE LÉPIN-LE-LAC	24 septembre	9h30-11h
	FRANCE SERVICES YENNE	13 octobre	14h-15h30
	MAIRIE DE NANCES	13 novembre	14h-15h30
	MAIRIE DE GERBAIX	10 décembre	9h30-11h
MIEUX GÉRER SA BOÎTE MAIL Mieux organiser et gérer vos mails, envoyer une pièce jointe et gagner du temps au quotidien !	AEL	15 octobre	14h-15h30
	FRANCE SERVICES YENNE	10 novembre	14h-15h30
	MAIRIE DE LÉPIN-LE-LAC	26 novembre	9h30-11h
	MAIRIE DE MARCIEUX	17 décembre	9h30-11h
ACHATS ET PAIEMENTS EN LIGNE (cycle de 2 séances) Reconnaître un site fiable, sécuriser vos paiements, effectuer vos achats en ligne et éviter les arnaques !	FRANCE SERVICES YENNE	1er et 8 décembre	14h-15h30
	CLUB DES AÎNÉS	13 et 27 novembre	9h30-11h

Le conseiller numérique vous accompagne, vous conseille et vous aide à gagner en autonomie dans l'utilisation des outils numériques au quotidien.

Plusieurs ateliers sont proposés et de nombreuses permanences se trouvent sur le territoire.

[Consultez le programme complet en cliquant sur ce lien.](#)



La Maison Départementale des personnes Handicapées lance un appel à participation

Participez à la création d'un spectacle mêlant cirque, musique, théâtre et danse avec la Compagnie Les Petits Détournements !

[Toutes les informations à ce lien](#)

