

b Astr'Olt et l'association d'Astres ont le plaisir d'annoncer la tenue d'un stand d'observation de l'éclipse de soleil devant l'office de tourisme de Decazeville (square Egalat) ce jeudi 10 juin, de 10 heures à 14 heures. *« Nous disposerons du matériel adapté : un télescope, un filtre mylar, un papier de projection et une paire de lunettes de protection. Ne vous attendez pas à un phénomène spectaculaire. »*

Le soleil a un rendez-vous avec la lune ce jeudi.

« C'est à peine 10 % du disque solaire qui sera masqué par la Lune au moment du maximum, à 12 h 41. La luminosité générale n'en sera pas affectée », explique Claire Henrion. Ce sera toutefois une bonne occasion de profiter de ce clin d'œil de notre étoile et de se rappeler quelques notions fondamentales d'astronomie (la mère des sciences). Participation libre.

Le relais de Viviole apte à accueillir la 5G

Un récent remplacement des antennes et de matériels sur le site de Viviole, équipé en 4G, nous ont fait savoir que ces installations étaient aptes à recevoir les nouveaux équipements pour la 5G qui est la 5ème génération des standards de la téléphonie mobile. L'opérateur accède à la 4e génération,

appelée 4G. Pour les dirigeants français et européens, la technologie 5G donnera accès à des débits dépassant largement ceux de la 4G et une haute fiabilité, tout en augmentant le nombre de connexions simultanées par surface couverte. Pour d'autres, la 5G pourrait créer des nuisances sur la santé. À suivre.

dépistage sur le marché vendredi. De nombreuses personnes ont été testées ces derniers jours. Ces tests, faisant partie de la lutte anti-covid, étaient organisés par l'Association départementale de la Protection Civile, en lien avec l'ARS, en lien



Services à la personne. Trois nouvelles activités à l'Adar

■ Il s'agit d'ateliers, de groupes ou de formation qui viennent compléter l'offre proposée par l'association.

Trois nouvelles activités sont proposées aux usagers de l'Adar, ainsi qu'à tous les publics intéressés, afin de renouer avec le lien social mis à mal lors de la crise sanitaire. **Ateliers cuisine.**

Ces rencontres autour du thème de la cuisine ont pour objectif, « d'améliorer le maintien des personnes âgées à leur domicile en luttant contre la malnutrition », explique Marion Bonnafous, la directrice de l'Adar. Neuf sessions gratuites seront proposées, les 19 juin, 18 et 25 septembre, 2, 9 et 16 octobre et les 13, 20 et 27 novembre dans les locaux du centre social de Decazeville, elles seront animées par Émilie Tranier, diététicienne nutritionniste.

Formation aux aidants. Dans leur soutien quotidien aux personnes âgées ou handicapées, les proches issus du cercle d'amis ou de la famille sont parfois désemparés face aux moments difficiles, « ils peuvent bénéficier d'une formation gra-



Sabrina Boucherit et Fatima Hamada Babou, les référentes des actions collectives de l'Adar.

uite qui les aidera à apporter les bonnes réponses dans l'accompagnement de leur entourage », souligne Marion Bonnafous. Deux séances animées par la psychologue clinicienne Mélanie Bon sont à l'affiche : les

23 et 24 juin dans la salle de réunion de la mairie de Firmi.

Groupe de parole.

Temps d'échange et d'entraide, les groupes de parole destinés aux aidants des personnes âgées visent à mener des réflexions et ouvrir de nouvelles pistes sur les relations avec leurs protégés. Cinq rendez-vous sont proposés, les 7 et 21 septembre, 5 et 19 octobre et le 2 novembre dans

la salle de réunion de la mairie de Firmi. Ils seront animés par Yasmine Duminy, coach de vie et thérapeute. Dans tous les cas, le transport des personnes intéressées peut être assuré par l'Adar sur simple demande.

Les inscriptions sont ouvertes à l'Adar, 2 rue Emma-Calvé à Decazeville, par mail : adar12decazeville@wanadoo.fr ou par téléphone au 05 65 63 57 11.