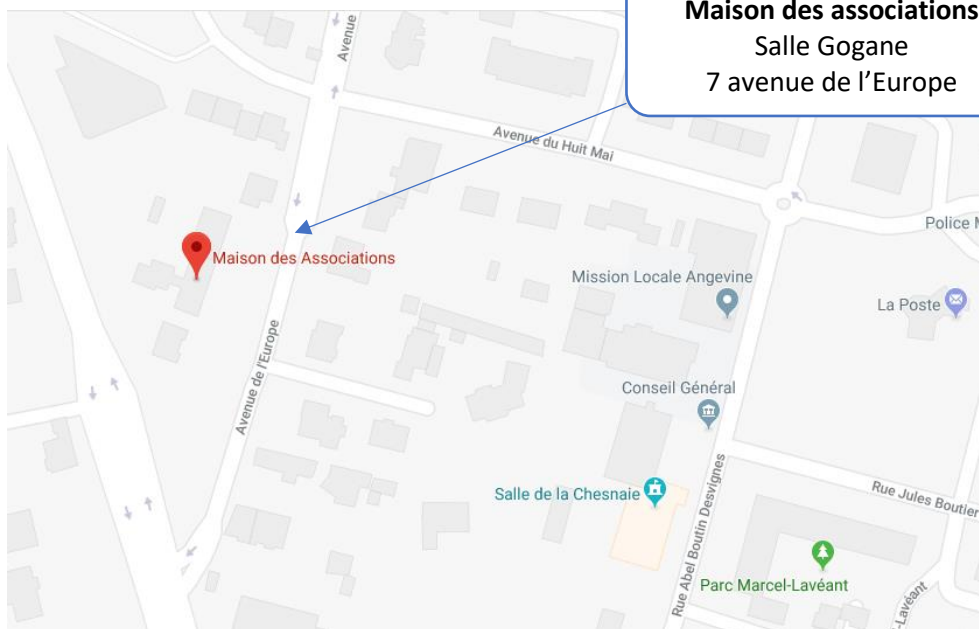


PLAN D'ACCES



Maison des associations
Salle Gogane
7 avenue de l'Europe

ATELIERS POUR LES SENIORS

GRATUITS SUR INSCRIPTION

Renseignements et inscriptions

CCAS Le Trait d'Union
02 41 79 75 72 -45 rue Abel Boutin Desvignes – Les Ponts de Cé
ccas@ville-lespontsdece.fr

En partenariat avec :
Association Vie à Domicile
02 41 66 68 00 – animation@vie-a-domicile.asso.fr

Publication : Vie à Domicile - Association Loi 1901 – Siège social : 70 rue des Bonnelles – 49000 Angers – Tél : 02 41 66 68 00 – viadomicile@wanadoo.fr – SIRET : 330 044 330 00083 – Crédit photo : ©Asier_relampagoestudio - Freepik.com

LES ATELIERS SANTE

Les Ponts de Cé



ATELIERS POUR LES SENIORS

GRATUIT SUR INSCRIPTION !

Renseignements et inscriptions :

CCAS Le Trait d'Union – 45 rue Abel Boutin Desvignes – Les Ponts de Cé
☎ 02 41 79 75 72 – ccas@ville-lespontsdece.fr

Une action proposée par :



PROGRAMME DES ATELIERS SANTE LES PONTS DE CE

Les ateliers auront lieu :

Maison des Associations – Salle Gogane

7 avenue de l'Europe – 49 130 Les Ponts de Cé

Atelier Mémoire

Booster sa mémoire et entraîner son cerveau grâce à des jeux sur tablette tactile !

Découvrez des techniques pour :

- Stimuler votre concentration,
- Exercer vos fonctions logiques,
- Entraîner votre mémoire...

Les Mardis de 14h30 à 16h30 :

6 novembre, 13 novembre, 20 novembre, 27 novembre, 4 décembre et 11 décembre 2018

Les médicaments parlons-en !

Mieux comprendre les médicaments, leurs usages et limiter les risques d'accident.

Echanges et jeux avec une infirmière pour en savoir plus sur :

- L'automédication,
- Les génériques,
- Les huiles essentielles...

Les Mardis de 14h30 à 16h00

18 décembre 2018, 8 janvier et 15 janvier 2019

Atelier Equilibre

Adopter les bons réflexes pour éviter les chutes en s'amusant !

Avec un ergothérapeute, découvrez :

- Des techniques de renforcement musculaire
- Des jeux pour tester équilibre, souplesse, réflexes et concentration
- Des conseils pour aménager son logement ...

Les Mardis de 14h30 à 16h00

22 janvier, 29 janvier et 5 février 2019

Activités ouvertes à tous, sur inscription

Contacts :

CCAS Le Trait d'Union

☎ 02 41 79 75 72 – ccas@ville-lespontsdece.fr

En partenariat avec :

Association Vie à Domicile

☎ 02 41 66 68 00 – animation@vie-a-domicile.asso.fr

Avec le soutien de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie du département du Maine et Loire

