



Le CLIC Alli'âges propose en partenariat avec les acteurs locaux différentes rencontres à destination des séniors et des aidants familiaux

Programme FEVRIER/MARS 2019

✂ Les rendez-vous du bien vieillir

ATELIERS VITALITE

Réunion d'information
Sommeil, alimentation, bien être, équilibre...

Mardi 5 février à 9h30
Salle des marelles – Chantepie

(Suivie de 6 ateliers du 26 février au 4 avril)

BIEN CHEZ SOI – LES CLES D'UN LOGEMENT CONFORTABLE

5 Ateliers

A partir du mardi 5 février à 9h30
- Salle Tréma, Noyal Sur Vilaine

(Sur inscription préalable)

PAS DE RETRAITE POUR LA FOURCHETTE

Réunion d'information

Vendredi 8 février à 14h
Salle Claude Nougaro 2 – Lailié

(Suivi de 4 ateliers du 1^{er} au 22 mars)

ETRE UN SENIOR EN BONNE SANTE

Journée de prévention

Stands et ateliers pour vous informer et échanger avec vous sur différentes thématiques : alimentation, aménagement du logement, équilibre, santé, droits et information, accompagnement des aidants.

Mardi 26 février de 9h30 à 16h30
Espace Beausoleil – Pont Péan

LA MÉMOIRE

Conférence

Lundi 25 février à 14h
Salle du Conseil Municipal, Thorigné-Fouillard

Suivie de 5 ateliers mémoire du 4 mars au 1^{er} avril

LE BON USAGE DES MEDICAMENTS

Réunion d'information

Mardi 26 mars à 15h
Salle du Conseil Municipal - Chateaugiron

LES SENIORS AU VOLANT

- ➔ Mardi 19 mars à 14h à Corps-Nuds
Salle de la Huberdière
- ➔ Vendredi 22 mars à 9h30 à Acigné
Salle du Triptick
- ➔ Jeudi 28 mars à 9h30 à Lailié
Salle L'Archipel

LA VISION

Réunion d'information
La DMLA

Jeudi 14 mars à 14h
Salle Pierre Fouré- Maison Pour Tous -
Chantepie

✂ Accompagner sans s'épuiser

CAFE DES AIDANTS

Un lundi par mois, de 14h30 à 16h30,
Salle des Marelles à Chantepie

Lundi 25 février
Aider par amour ou par devoir ?

Lundi 18 mars
La médiation animale, vous connaissez ?

Contact

CLIC Alli'âges

☎ 02 99 77 35 13

✉ alliages@wanadoo.fr

2 Bis mail de Bourguevreuil
Cesson-Sévigné

