



Les manifestations du CLIC Alli'âges Programme Septembre – octobre 2018

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

✂ Les rendez-vous du bien vieillir

LA PREVENTION DES CHUTES

Débat-théâtral

Juliette au pays des embûches

Vendredi 21 septembre à 14h –

Espace Simone Veil, Bruz

Suivi d'ateliers équilibre à partir du 9 octobre

LA MÉMOIRE

Conférence

« Travailler sa mémoire, tout en prenant plaisir »

Lundi 24 septembre à 14h30

Epi Condorcet, St Jacques de la Lande

Suivie d'ateliers mémoire à partir du 5 octobre

DANS LA LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT, CHACUN A UN ROLE A JOUER

Débat théâtral – c'est gentil d'être passé me voir

Mardi 2 octobre – Salle du triptick - Acigné

Table ronde – l'engagement citoyen : le bénévolat
et les petits gestes au quotidien

Mardi 16 octobre – Salle du triptick - Acigné

VIEILLIR, UNE EVOLUTION NATURELLE

Conférence

Mardi 9 octobre à 15h - Salle du Conseil, Nouvoitou

Suivie d'ateliers mémoire à partir du 5 octobre

ETRE UN SENIOR EN BONNE SANTE

Ateliers dépistage, alimentation, habitat,
informations, ...

Mardi 9 octobre de 9h30 à 17h

Espace Texier – Noyal Chatillon Sur Seiche

LA PREVENTION DES CHUTES

Réunions d'information

→ **Jeudi 11 octobre à 14h30**

Salle du Conseil Municipal, Servon/Vilaine

Suivie d'ateliers équilibre à partir du 25 octobre

→ **Vendredi 12 octobre à 10h –**

Salle familiale de la Chalotais, Vern/Seiche

Suivie d'ateliers équilibre à partir du 9 novembre

SOMMEIL

Conférence

Mercredi 17 octobre à 20h30

Salle du Conseil, Domloup

(date sous réserve)

✂ Accompagner sans s'épuiser

CAFE DES AIDANTS

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

17 septembre

Comment concilier vie professionnelle, vie familiale et
prendre soin de son proche en perte d'autonomie ?

15 octobre

Qu'est ce qui fait que les aidants ressentent si
fréquemment solitude et isolement ?

FORMATION DES AIDANTS

6 modules de formation

**Vendredi 28 septembre, 5 et 12 octobre, 9, 16 et
23 novembre**

De 13h45 à 16h45 - CLIC Alli'âges, Cesson-Sévigné

SOPHROLOGIE

→ **Réunion d'information**

Mardi 18 octobre à 14h

CLIC Alli'âges, Cesson-Sévigné

→ **Cycle de 10 séances**

A partir du mardi 2 octobre à 14h

CLIC Alli'âges, Cesson-Sévigné

Contact

CLIC Alli'âges

☎ 02 99 77 35 13

✉ alliages@wanadoo.fr

2 Bis mail de Bourgchevreuil
Cesson-Sévigné



MAJ Juillet 2018