

∞ Pour disposer d'information afin de préserver ou de renforcer votre capital santé, accéder aux ressources locales, à vos droits et conforter le maintien de votre autonomie.

∞ Pour bénéficier de ces informations et découvrir les activités proposées aux séniors et ainsi lutter contre l'isolement.

Mémoire

Prévention de chutes

S'occuper de soi

Bien vieillir

Santé

Accès aux droits

Manger équilibré

Sécurité et Bien Etre

L'accès à ces ateliers est **gratuit** pour les Personnes Agées de 60 ans et plus mais également pour leurs aidants familiaux



Possibilité de transport sur inscription préalable auprès du CLIC au plus tard 8 jours avant les ateliers.

Il est généralement reconnu que Landas est un village où il fait bon vivre, où chacun se sent bien.

Cela doit être particulièrement vrai pour nos personnes âgées. Le bien-être de nos Seniors fait partie des volontés exprimées par l'ensemble du Conseil Municipal.

Aussi je vous invite à participer aux ateliers organisés par le CLIC, Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique du Douaisis, en partenariat avec l'Association Santé de Landas et la Municipalité.

8 ateliers gratuits qui vous apporteront, de précieuses informations quant à l'amélioration de la qualité de vie et pour rester le plus longtemps possible en bonne santé.

Venez nombreux ainsi que vos éventuels aidants, dans une ambiance conviviale.

Le maire, Jean-Paul Francke

Pour tous renseignements complémentaires contacter le
CLIC du Douaisis -
Relais Autonomie
Site de Marchiennes
au : 03.27.98.74.70

I.P.N.S

Ne pas jeter sur la voie publique
N° Siret 439 975 640 00814



Ateliers

ENTRÉE
GRATUITE

« Bien Vivre Agé dans son quartier » avec la commune de LANDAS











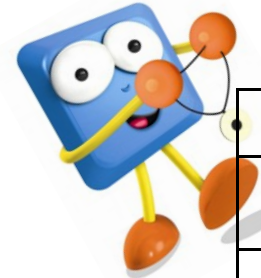
ASL

Association Santé Landas

**Salle des Mariages
Hôtel de ville
75, rue du Général de Gaulle
59310 LANDAS**



	DATES	THEMES
	Mardi 26 mars 2019	La Mémoire, les Mémoires, quand s'inquiéter, vers qui se tourner ?
	Mardi 30 avril 2019	Chutes et adaptation du Logement : Mieux vaut prévenir que guérir.
	Mardi 21 mai 2019	Vie à domicile et avancées en âge : quelles aides possibles ? La place de l'Aidant familial
	Mardi 18 juin 2019	Le démarchage abusif à domicile, Protection des abus , des biens et des personnes
	Mardi 24 septembre 2019	Bon usage des médicaments et Gestes de premiers secours
	Mardi 22 octobre 2019	L'équilibre alimentaire— Bien dans son corps, bien dans sa tête.
	Mardi 19 novembre 2019	Qualité du sommeil et Bien-être
	Mardi 3 décembre 2019	Bilan



Durant les différents ateliers, professionnels de santé (pharmacien, diététicienne, ergothérapeute, kinésithérapeute), du secteur médico-social, et de la vie civile interviendront pour expliquer, répondre à vos questions, vous orienter.

ASL

Association Santé Landas



Avec le soutien de la **Conférence des Financeurs** dans le cadre de crédits délégués par la CNSA (Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie)