

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



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

Mémoire

Prévention de chutes

S'occuper de soi

Bien vieillir

Santé

Accès aux droits

Manger équilibré

Sécurité et Bien Etre



Le CLIC, Centre Local d'Information et de Coordination, est un lieu d'écoute et de ressources pour les personnes âgées de plus de 60 ans.

Nous sommes à votre disposition pour :

- ◇ Vous orienter vers les professionnels et services compétents et les dispositifs d'aides existants : soins, aide à domicile, portage de repas, téléalarme et téléassistance, transports, aménagement de l'habitat, aide aux aidants et formules de répit, lutte contre l'isolement, recherche d'un hébergement temporaire, permanent, en famille d'accueil, etc... ;
- ◇ Vous accompagnez dans vos démarches : conseils, aide à la prise de décision ;
- ◇ Nous pouvons nous déplacer à votre domicile, gratuitement, afin de vous accompagner dans la mise en place d'un plan d'accompagnement personnalisé.

Le CLIC est depuis peu Relais Autonomie. Toute personne en situation de handicap, y compris celles de moins de 60 ans, peut être aidée, accompagnée et orientée dans ses démarches administratives (dossier MDPH) par nos services.

CLIC – Site du Val de Sensée
1A, avenue de la Gare
59 151 ARLEUX
03.27.92.87.45
clic.valdelasensee@orange.fr

I.P.N.S Ne pas jeter sur la voie publique
N° Siret 439 975 640 00814



Ateliers

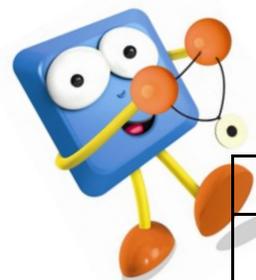
« Bien Vivre Agé dans son quartier avec la ville et le centre social de MASNY »





Les ateliers auront lieu le vendredi de 14H30 à 16H30

dans les locaux du
Centre Administratif et Social
« Les Galibots »
 Rue de la Fabrique (ancien collège)
 59 176 MASNYP



	DATES	THEMES
	Vendredi 27 septembre 2019	La Mémoire, les Mémoires, quand s'inquiéter, vers qui se tourner ?
	Vendredi 11 octobre 2019	Chutes et adaptation du Logement : Mieux vaut prévenir que guérir.
	Vendredi 18 octobre 2019	Vie à domicile et avancées en âge : quelles aides possibles ? La place de l'Aidant familial
	Vendredi 8 novembre 2019	Le démarchage abusif à domicile, Protection des abus , des biens et des personnes
	Vendredi 22 novembre 2019	Bon usage des médicaments et Gestes de premiers secours
	Vendredi 6 décembre 2019	L'équilibre alimentaire— Bien dans son corps, bien dans sa tête.
	Vendredi 13 décembre 2019	Qualité du sommeil et Bien-être
	Vendredi 10 janvier 2020	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 et vous orienter.

