

ATELIER

BIEN VIVRE CHEZ SOI

Préserver son autonomie

Mardi 22 AVRIL 2025 / Mardi 29 AVRIL 2025
Mardi 6 MAI 2025 / Mardi 13 MAI 2025

ANIMATION LUDIQUE



Des conseils sur différents sujets :

Pourquoi adapter ?

Qui m'accompagne ?

Comment aménager ?

Un logement pratique et confortable

BIEN VIVRE CHEZ SOI

Préserver son autonomie

Malgré l'avancée en âge, le souhait des seniors est de vivre à domicile le plus longtemps possible. Cependant, une réflexion autour du « BIEN ETRE CHEZ SOI » s'avère nécessaire pour organiser son habitat confortable et sécurisé et anticiper les changements liés à l'âge.

Adapter son logement à son mode de vie ne signifie pas forcément le transformer totalement. La prévention repose souvent sur de petites modifications des habitudes et de l'ajout d'outil ou de matériel simple. Parfois, un simple accessoire peut changer la vie et permettre de garder un maximum d'autonomie.

SAUTEZ LE PREMIER PAS, RENSEIGNEZ-VOUS lors de ces ateliers.

Vous y trouverez des informations, des conseils neutres, et vous pourrez même essayer différent type de matériel dans EVOLOGIS. La promesse d'une belle découverte.

Atelier 1

Pourquoi adapter son domicile ?

Animatrice : ergothérapeute
Rendez-vous le 22 avril de 10h00 à 12h00, à
LAVANNES, Salle des Fêtes - Allée des sports

Atelier 3

Qui peut m'accompagner pour faciliter mon maintien à domicile ?

Rendez-vous le 6 mai de 14h00 à 16h00, à
LAVANNES, Salle des Fêtes, Allée des sports
Animatrices : service adaptation du COMAL, le
CLIC, l'ADMR / FAMILLE RURALE

Atelier 2

Quelles sont les solutions d'aménagement et de matériel pratique ?

Visite de l'appartement témoin EVOLOGIS 51
Animation ludique garantie
Animatrice : ergothérapeute
Rendez-vous le 29 avril de 9h30 à 12h,
à CHALONS EN CHAMPAGNE au COMAL
(transport en covoiturage)



Atelier 4

Quelle solution existe entre mon domicile et l'EHPAD ?

Visitez une solution intermédiaire entre le domicile et l'EHPAD : la résidence autonomie
Rendez-vous le 13 mai de 14h à 16h00, à la
Résidence Geneviève TILLOY - 5 rue Camille
Guerin - 51450 BETHENY

COUPON
REPONSE

Inscription en renvoyant le coupon réponse par courrier : CLIC Nord Rémois - 3ter rue de la vallée - 51 110 Bourgogne
ou par mail : clicdunordremois@outlook.com
ou en téléphonant au CLIC : 03 26 05 74 19

Nom + Prénom : _____
Adresse : _____
Téléphone : _____
Mail : _____

Participation gratuite aux ateliers, goûter offert