

ADAP/SADAPA

BIEN VIVRE À DOMICILE

Les associations Adap et Sadapa travaillent ensemble pour proposer des services d'aide et de soins à domicile. En partenariat avec le CLIC Entour'âge de La Roche-sur-Yon Agglomération, l'Adap et le Sadapa organisent trois après-midi thématiques dédiés à la prévention des chutes, aux bonnes habitudes alimentaires et au maintien du lien social. Ces thématiques s'adressent aux personnes âgées de plus de 60 ans, à leur famille et à leurs aidants.

Ces actions sont financées dans le cadre de la Conférence des financeurs de la Vendée avec le concours du Comité national d'action sociale (Cnas).

LA PRÉVENTION DES CHUTES

Mercredi 19 avril, de 14 h 30 à 16 h 30, à la maison de quartier du Bourg-sous-La Roche

Conseils et animation par une ergothérapeute.

LES BONNES HABITUDES ALIMENTAIRES

Mardi 2 mai, de 14 h 30 à 16 h 30, à la maison de quartier Centre-Ville/Pont-Morineau

Conseils et animation par une diététicienne.

CONVIVIALITÉ ET LIEN SOCIAL

Judi 11 mai, de 14 h 30 à 16 h 30, à la maison de quartier de Saint-André d'Ornay

Temps de partage et de convivialité autour d'animations.



Profitez des après-midi de l'Adap et du Sadapa.

Pratique :

Animations gratuites, mais uniquement sur inscription, au Sadapa, au 02 51 36 12 29

CLIC ENTOUR'ÂGE

AIDE AUX AIDANTS ET AUX MALADES

- Groupe d'échange pour les personnes touchées par la maladie de Parkinson (personnes malades et aidants)

Mercredi 26 avril, de 10 h à 12 h, à la maison de quartier du Val d'Ornay (La Généraudière) à La Roche-sur-Yon. Animation par le CLIC (Estelle Rispal, infirmière conseil).

Sur inscription préalable – gratuit.

- Le mercredi des aidants

Dans un espace chaleureux, venez profiter d'un temps d'écoute et d'échange entre aidants et professionnels du CLIC, un mercredi après-midi par mois, de 15 h à 17 h, au CLIC Entour'âge.

Prochain rendez-vous le 5 avril.

Entrée libre et gratuite.

ACTIONS AUTOUR DE LA RETRAITE

- Nouveaux retraités : rencontrons-nous !

Une rencontre de deux heures pour les nouveaux retraités de La Roche-sur-Yon Agglomération ou des nouveaux arrivants sur le territoire.

Objectifs : partager ce nouveau temps de vie ; être écouté dans ses attentes, ses doutes, ses projets.

Rendez-vous le jeudi 27 avril, de 10 h à 12 h, au CLIC Entour'âge.

Gratuit sur inscription (6 participants maximum).

Contact :

CLIC Entour'âge, 29, rue Anatole-France – La Roche-sur-Yon, au 02 51 24 69 81 et à clicentourage@larochesuryon.fr