

BIEN VIVRE EN SUD SARTHE

L'Equip'Ages, centre social de la communauté de communes Sud Sarthe, en partenariat avec les communes et les associations du territoire vous propose pour 2024 des actions de prévention santé et de lien social.



Pour qui ?

Les personnes de plus de 65 ans et/ou leurs aidants

Atelier mémoire - MEMO'Rise

Mme ROCHET, psychologue spécialisée en gérontologie, proposera des ateliers afin d'augmenter ses capacités de mémorisation.

10 séances au rythme de 2 fois par mois.

Réunion de présentation des ateliers MEMO'Rise

Lundi 8 janvier, de 10h à 11h30

A l'Equip'Ages allée de l'ancienne gare 72800 LE LUDE



Les ateliers découvertes

Des activités de découverte et de divertissement : utilisation d'une tablette numérique, composition florale, balade, couture, troc de plants, sophrologie...

Le planning sera construit suivant les envies des participants.

1 rencontre par mois

Début des ateliers en janvier à la salle polyvalente (à côté de la Grange Dimière) de Chenu



Atelier prévention des chutes

En partenariat avec l'Association de Sensibilisation à la santé par l'information et l'Accompagnement (ASSENSIA) des ateliers de prévention des chutes seront mis en place à partir de 2024 sur les communes de Mansigné ou Aubigné-Racan



Vous êtes intéressé(e): Merci de remplir ce petit coupon afin d'être recontacté

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Mail :

J'aurai sûrement besoin d'un covoiturage : oui non

Je suis intéressé(e) par le ou les atelier(s) :

Atelier MEMO'Rise

Ateliers découvertes

Prévention des chutes

Nos partenaires:



Renseignements et inscriptions:

Marie CANEVET - EQUIP'AGES

Tél: 06 44 28 13 84

adjointcentresocial@comcomsudsarthe.fr