

Où ?

A l'EHPAD Le Châtelet à
Remiremont ou sur les lieux
de sortie.

Coût ?

Gratuit.

Transport ?

Possibilité de transport (2euros)

22 ateliers centrés sur les
occupations quotidiennes des
seniors (se nourrir, marcher,
liens sociaux, mémoire, accès
aux sports, accès aux loisirs) et
des actions de prévention (des
chutes, aménagement de
l'environnement, utilisation
des aides techniques..)
Ateliers destinés aux proches
aidants.

Sur INSCRIPTION

Informations et inscription :

03.29.62.29.01

6 rue du lit d'eau

88200 Remiremont

Actualité

L'enjeu est de répondre aux
recommandations nationales:

- plan national bien vieillir
2017-2023
- plan national anti chute

Contribution financière de la
CFPPA

MIEUX VIVRE SA RETRAITE, FREINER LA PERTE D'AUTONOMIE 2026

Programme de
prévention à
destination des
séniors.



LA VIE EN
VOSGES
le Département



LES ATELIERS

Atelier 1: Aménagement de son logement autour du jeu. Avec intervenante. Mardi 17 mars 14h30 au Châtelet.

Atelier 2: Relaxation. Avec intervenante. Lundi 23 mars 14h au Châtelet.

Atelier 3: Aménagement de son logement. Avec intervenante. Mardi 24 mars 14h30 au Châtelet.

Atelier 4: Relaxation. Avec intervenante. Lundi 30 mars 14h au Châtelet.

Atelier 5: Bouger c'est bénéfique. Avec intervenante. Vendredi 17 avril 14h au Châtelet.

Atelier 6: Relaxation. Avec intervenante. Lundi 20 avril 14h au Châtelet.

Atelier 7: Art thérapie pour PROCHE AIDANT. Avec une intervenante. Lundi 20 avril 17h au Châtelet.

Atelier 8: Relaxation. Avec intervenante. Lundi 27 avril 14h au Châtelet.

Atelier 9: Art thérapie pour PROCHE AIDANT. Avec une intervenante. Lundi 20 avril 17h au Châtelet.

Atelier 10: Sortie voie verte avec Ergo vélo. Lundi 18 mai 14h. Départ au Châtelet.

Atelier 11: Atelier massage. Avec intervenante. Vendredi 22 mai 14h au Châtelet.

Atelier 12: Bouger c'est bénéfique. Avec intervenante 14h au Châtelet

Atelier 13: Atelier massage. Avec intervenante. Vendredi 19 juin 14h au Châtelet.

Atelier 14: Sortie voie verte avec Ergo vélo. Mardi 23 juin 14h. Départ au Châtelet.

Atelier 15: Atelier massage. Avec intervenante. Vendredi 03 juillet 14h au Châtelet.

Atelier 16: Atelier massage. Avec intervenante. Vendredi 17 juillet 14h au Châtelet.

Atelier 17: Sortie voie verte avec Ergo vélo. Mardi 08 sept 14h. Départ au Châtelet.

Atelier 18: Relaxation pour PROCHE AIDANT. Avec intervenante. Lundi 14 sept 17h au Châtelet.

Atelier 19: Bouger c'est bénéfique. Avec intervenante. Vendredi 18 septembre 14h au Châtelet.

Atelier 20: Relaxation pour PROCHE AIDANT. Avec intervenante. Lundi 21 sept 17h au Châtelet.

Atelier 21: Atelier aide culinaire. Avec intervenante. Mardi 22 sept 14h30 au Châtelet.

Atelier 22: Conférence. En octobre. Date à définir.

Atelier 23: Bouger c'est bénéfique. Avec intervenante. Vendredi 20 novembre 14h au Châtelet.