



Bien Vieillir
EN ILE DE FRANCE

Groupement bien vieillir
en Ile de France
Accompagne l'âge
et le handicap

ACCOMPAGNE L'ÂGE ET LE HANDICAP

ACTIONS DE PRÉVENTION



**ATELIERS
COLLECTIFS**

**SÉANCES
À DOMICILE**

CONFÉRENCES

**PROGRAMME 2017-2018
PRÉVENIR LA PERTE D'AUTONOMIE ET SES CONSÉQUENCES
POUR PASSER DE L'INTENTION À L'ACTION**

ATELIERS DE PRÉVENTION COLLECTIFS

de Septembre 2017 à Juin 2018

Gratuit



Les lundis et/ou mercredis de 10H à 11H30

ATELIERS MÉMOIRE

Animés par une Psychologue
Groupe de 8 à 12 participants

Les lundis de 14H à 15H

ATELIERS DE PRÉVENTION PAR LE NUMÉRIQUE

Animés par un Animateur PA-PH spécialisé en numérique
Groupe de 8 participants

Les mercredis de 14H à 15H30

ATELIERS D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES (*)

Animés par un Animateur
en Activités Physiques Adaptées
Groupe de 8 participants

Les lundi de 15H à 16H

TAI CHI-QI QONG (*)

Animés par un Professeur en Tai Chi- Qi Qong
Groupe de 8 à 12 participants

ATELIERS DIÉTÉTIQUE (à venir)

Animés par une Diététicienne D.E.
Groupe de 8 à 12 participants

SUR INSCRIPTION



SÉANCES DE PRÉVENTION INDIVIDUELLE À DOMICILE

de Septembre 2017 à Juin 2018

Taux APA

SÉANCES DE PRÉVENTION PAR LE NUMÉRIQUE

Par un animateur spécialisé en numérique

SÉANCES DE TAI CHI-QI QONG (*)

Par un Professeur en Tai Chi- Qi Qong

SÉANCES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES (*)

Par un animateur en Activités Physiques Adaptées

ÉVALUATION DES RISQUES DOMESTIQUES AU DOMICILE

Par un évaluateur gériatrique

SUR RENDEZ-VOUS



* certificat médical d'aptitude à demander
auprès de votre médecin traitant

Samedi 28 Octobre 2017 de 10H à 12H
LA PERSONNE AGÉE ET LES MÉDICAMENTS

Intervenants : médecin, pharmacien, infirmière.

Samedi 25 Novembre 2017 de 10H à 12H
**AIDES FINANCIÈRES POUR L'AUTONOMIE
DES PERSONNES AGÉES**

Intervenants : équipe APA du département,
coordinatrice de CLIC, équipe d'évaluation
des caisses de retraite.

Samedi 30 Décembre 2017 de 10H à 12H
**MAINTENIR LE LIEN SOCIAL MALGRÉ
LA PERTE D'AUTONOMIE**

Intervenants : psychologue, coordinatrice de CLIC,
responsable de club du 3ème âge,
responsable accueil de jour.

Samedi 27 Janvier 2018 de 10H à 12H
AIDE À DOMICILE ET ACCUEIL DE JOUR

Intervenants : responsable de service d'aide
à domicile, d'accueil de jour en EHPAD,
d'accueil de jour autonome

Samedi 24 Février 2018 de 10H à 12H
**LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES
À LA PERTE D'AUTONOMIE**

Intervenants : médecin, kinésithérapeute, animateur
en activité physique adaptée,
formateur Tai Chi- Qi Qong.

Samedi 31 Mars 2018 de 10H à 12H
LE FINANCEMENT DU HANDICAP

Intervenants : maison départementale des
personnes handicapées, responsable de CLIC,
assistante sociale

Samedi 28 Avril 2018 de 10H à 12H
**THÉRAPEUTIQUES MÉDICAMENTEUSES
ET NON MÉDICAMENTEUSES DE LA MALADIE
D'ALZHEIMER ET TROUBLES APPARENTÉS**

Intervenants : médecin gériatre,
psychologue, associations de malades

Samedi 26 Mai 2018 de 10H à 12H
ÊTRE AIDANT : « CE QU'IL FAUT SAVOIR »

Intervenants : psychologue, responsable de CLIC,
responsable d'association d'aidants familiaux

Samedi 30 Juin 2018 de 10H à 12H
**NOUVELLES TECHNOLOGIES
AU SERVICE DE L'AUTONOMIE**

Intervenants : ergothérapeute, représentant
téléassistance, infirmier coordinateur, représentant
de logiciels seniors

ENTRÉE LIBRE

 **PERMANENCE/ CONSEILS EN PSYCHOLOGIE**

A compter de Novembre 2017, le 2ème mardi de chaque mois de 14H à 16H

Permanence assurée par une psychologue

SANS RENDEZ-VOUS





Photos: Adobe Stock - Création/Impression par www.SHANEGRAPHIQUE.com

Les ateliers collectifs, les séances individuelles, les conférences et les permanences s'adressent aux personnes âgées ou adultes en situation de handicap, ainsi qu'à leurs aidants.

Lieu d'animation des ateliers collectifs, des conférences et des permanences psychologiques :
16, rue Louis Dupré
94100 Saint-Maur-des-Fossés

Renseignements ou inscription par téléphone
au **01 48 85 06 34** ou par mail à **prevention@bienvieillir-idf.org**

AVEC LE SOUTIEN DE LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS DU VAL DE MARNE

