

Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie



« Je suis bien avec mon âge »

- ❖ Porteur : Maison de santé Val de Gers
- ❖ Bénéficiaires de l'action : personnes âgées à domicile
- ❖ Thématique : bien-être et estime de soi
- ❖ Objectif principal : favoriser l'acquisition de nouvelles compétences afin de maintenir sa santé et son autonomie.
- ❖ Contenu de l'action :
 - 4 séances alimentation animées par une diététicienne : équilibre alimentaire et besoins nutritionnels des séniors, étiquetage alimentaire, astuces et petit budget, sommeil ;
 - 4 séances de stimulation cognitive avec jeux partagés animés par l'infirmière Asalée : travail sur la mémoire immédiate et à plus long terme, la mémoire visuelle et astuces pour maintenir sa mémoire.
- ❖ Nombres d'ateliers : 2
- ❖ Nombre séance par atelier : 4
- ❖ Durée séance : 2h
- ❖ Nombre total de séances : 8
- ❖ Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier : 15
- ❖ Nombre total de bénéficiaires sur le projet : 30
- ❖ Lieu de l'action par EPCI : Val de Gers
- ❖ Lieu de l'action par communes : Seissan, Masseube
- ❖ Calendrier : de septembre à décembre 2024
- ❖ Mobilité : co-voiturage, transport à la demande
- ❖ Inscription : Mme ESPOSITO Marie : 07.68.65.15.22 ou esposito.asalee@gmail.com