



PROGRAMME DES ACTIVITÉS sur le territoire du CRT Georges Coulon



Activités destinées aux :

- PERSONNES DE + DE 60 ANS**
- AIDANTS**
- PROFESSIONNELS**

Bouger

- Activités Physiques Adaptées : séances réservées aux patients du SSIAD* et de l'ESA***
 EHPAD Eugène Aujaleu LE GRAND-LUCÉ **Chaque mardi de 15h à 16h**

Se ressourcer

- Oser vivre un séjour de répit partagé (aidants/aidés)**
 EHPAD Les Térébinthes PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE **Séjours possibles en septembre**
- Groupe de Soutien aux personnes endeuillées - Animé par JALMAV***
 Centre médical Georges Coulon LE GRAND-LUCÉ **Le 2 juillet à 15h**

S'informer

- Ateliers Comprendre pour Agir**
 Domaine de PESCHERAY **Les 3 et 10 juillet**
- Faire des activités avec mon proche (sensibilisation à la méthode MONTESSORI)**
 EHPAD Eugène Aujaleu LE GRAND-LUCÉ **Le 16 juillet**

Échanger

- Sortie au château de Montbazou - Organisée par le Centre Social La Ruche**
 LAIGNÉ-SAINT-GERVAIS **Le 15 juillet de 9h à 17h**
- Atelier culinaire**
 EHPAD Eugène Aujaleu LE GRAND-LUCÉ **Le 20 août**

*SSIAD : Service de Soins Infirmiers A Domicile
*ESA : Equipe Spécialisée Alzheimer
*JALMALV : Jusqu'à la Mort Accompagner la Vie

Pour tout renseignement
et avant tout déplacement,
prendre contact avec le
CRT Georges Coulon :
07 56 00 60 88
crt@fondation-gcoulon.fr

SUDOKU

		5				4	
		4			3	5	8
	6	8			4	3	1
			6	8			3
		2				8	
	3			2	9		
5		7	2			1	8
6		9	5			4	
	8					2	

VAGUES DE CHALEUR, DES PRÉCAUTIONS À PRENDRE

MOUILLER SON CORPS ET SE VENTILER

MAINTENIR SA MAISON AU FRAIS : FERMER LES VOLETS LE JOUR

DONNER ET PRENDRE DES NOUVELLES DE SES PROCHES

BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU

MANGER EN QUANTITÉ SUFFISANTE

NE PAS BOIRE D'ALCOOL

ÉVITER LES EFFORTS PHYSIQUES

**EN CAS D'URGENCE,
APPELEZ LE 15**



L'équipe du CRT vous souhaite un bel été ! Pensez à vous hydrater !