

VISIOCONFERENCES SUR ZOOM GRATUITES - SUR INSCRIPTION

JUIN 2020

11/06 - 10h00-11h00

ADAPTATION DU LOGEMENT

Visioconférence : « Zoom sur mon logement »

Thématique abordée : « Conseils pour adapter son logement »

12/06 - 10h00-11h00

MA VIE SOCIALE, MA VIE PRATIQUE EN TOUTE PRUDENCE

Visioconférence : « Comment poursuivre sa vie quotidienne en période de crise sanitaire ? »

Thématique abordée : « Recommandations et conseils par un infirmier hygiéniste »

16/06 - 14h30-15h30

MEMOIRE

Visioconférence "Ma mémoire, j'Y tiens"

Thématique abordée : « Comprendre le fonctionnement et le vieillissement normal de la mémoire et la préserver »

17/06 - 10h00-11h00

PREVENTION DES CHUTES

Visioconférence « prévention des chutes »

Thématique abordée : « Comment prévenir les chutes à domicile ? »

18/06 - 10h00-11h00

QUALITE SECURITE HABITAT

Visioconférence « Prévenir les risques domestiques et savoir réagir »

Thématique abordée : « Information et prévention liées aux risques domestiques »

22/06 - 10h00-11h00

NUTRITION (1ère partie)

Visioconférence « Pas de retraite pour la fourchette »

Thématique abordée : « Adaptation des besoins liés au vieillissement »

Pour participer à une visioconférence sur zoom

Vous êtes intéressé(e) par les actions de Vas-Y depuis chez vous sur votre ordinateur, tablette ou smartphone. Vous souhaitez une aide à la prise en main de zoom individuelle et guidée, contactez Solène Hascoët, chargée de prévention au 06.17.35.58.17 pour un RDV.

22/06 - 14h30-15h30

SECURITE ROUTIERE

Visioconférence « Révision code de la route »

Quizz
(une dizaine de questions)

26/06 - 10h00-11h00

NUTRITION (2^{ème} partie)

Visioconférence « Pas de retraite pour la fourchette »

Thématique abordée : « Equilibre alimentaire et recommandations »

Pour participer aux visioconférences,
Inscrivez-vous par mail à vas-y@ildys.org



ATELIERS – GRATUITS SUR INSCRIPTION

26/06 - 10h00-11h00

MEMOIRE

3 séances en visioconférence
26/06, 03/07 et 10/07

Thématique abordée: « Comment entretenir
et stimuler ma mémoire au quotidien ? »

CONDUITE AUTOMOBILE

Manque de confiance au volant, envie de
faire le point sur votre conduite, d'essayer
une voiture à boîte automatique ?
Pour vous renseigner, contactez Ludovic
LAOT, moniteur auto-école au
07.81.63.89.27 (gratuit)

JUIN 2020



Vas-Y Fondation ILDYS

Contact : vas-y@ildys.org

Dispositif soutenu par le Conseil Départemental 29 et l'ARS Bretagne

