



Ces activités sont **gratuites** et **ouvertes à toute personnes de plus de 60 ans**

Elles sont encadrées par des professionnels diplômés.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS:

ADMR Le Chambon sur Lignon

1 rue de la Mairie

43400 LE CHAMBON SUR LIGNON

Tél: 04 71 56 37 24

mail: info.lechambon-lemazet@fede43.admr.org

Le **C@fé Numérique ADMR** est un temps de rencontre convivial autour d'un goûter, animé par la découverte et l'utilisation de tablettes numériques.

Après la prise en main des tablettes, les participants peuvent tester des jeux spécialement développés pour faire travailler la mémoire, les reflexes... tout en s'amusant!



Quand : Le Lundi 30 Octobre

De 14h30 à 16h30

Où : Salle Barès, ancien

43400 LE CHAMBON SUR LIGNON



Actions financées par :





La Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie du département de la Haute-Loire a été créé suite à la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement du 28 décembre 2015, dite loi ASV, dans une réponse à l'évolution démographique que vit notre pays.

Dans ce cadre la Fédération ADMR de Haute-Loire porte sur tout le département plusieurs actions de prévention en faveur des personnes âgées de plus de 60 ans vivant au domicile:

- Ateliers mixtes nutrition/activité physique
- Séances de groupe d'activité physique adaptée
- Bilan de forme physique individuel
- Cafés numériques
- Ateliers lectures
- Ateliers ludiques
- Musicothérapie

Actions financées par :



Prenez soin de vous facilement avec des activités gratuites et conviviales

Lundi 30 octobre 2017

**AU CHAMBON
SUR LIGNON**

**C@fé
numérique**



Fédération ADMR 43

13 av Pierre et Marie CURIE
43 770 CHADRAC

Tél: 04 71 09 26 31

mail: info.fede43@admr.org / www.admr.org

