

2015

Programme des actions du CLIC

Pour les seniors et leur entourage

MARDI 27 JANVIER

Atelier

"Le-son de mémoire !"
faire appel à la mémoire des sons et dépistage auditif
"la semaine du son"
(sur inscription)

14h30 - Salle de la Grange
GEX

JEUDI 5 FÉVRIER

Projection / débat

"Le scaphandre et le papillon"
Journée nationale de prévention du suicide

Animé par le Dr Constant

14h00 - Salle des fêtes
10 rue St Amand
LÉAZ

LUNDI 9 MARS

Conte/débat

"Vieillir au féminin"
journée de la femme

Animé par Claire PARMA

Maison Communale Temnomeroff
201 rue du Bourg,
SAINT-JEAN
DE GONVILLE

MARDI 7 AVRIL

Atelier

Remise à niveau
de la conduite automobile
(sur inscription)

Animé par la Prévention
routière

CHEVRY

MERCREDI 20 MAI

Conférence

"La mémoire : fonctionnement et comment la garder en bonne santé"

Animée par le Service éducation pour la santé de la caisse de retraite
CARSAT

14h00 - Salle Calame,
route de Thoiry
SERGY

SUIVIE DES ATELIERS
MÉMOIRES
(SUR INSCRIPTION)

les mercredis 10, 17 24 juin
1er et 8 juillet

14h00
SERGY

JEUDI 21 MAI

Atelier

"Être bien dans ses chaussures, bien dans sa tête!"

Journée du pied : parcours équilibre, se relever après une chute, bien se chausser, le pied diabétique... Ouvert à tous !

14h à 17h - Hall d'accueil de l'hôpital local du Pays de Gex
160 rue Marc Panissod
GEX

LUNDI 15 JUIN

La mémoire en marche

Parcours de marche associé à des exercices de mémoire, pour faire travailler ses jambes et ses neurones!

Parcours libre entre 10h30 et 16h
CHÉZERY-FORENS

MARDI 23 JUIN

Conférence

"La DMLA aujourd'hui"
Dégénérescence Maculaire Liée à l'Age

Animé par le Dr Davide DASSIO,
médecin ophtalmologue

14h30 - Salle Jean Monnet
11 rue de Gex
SAINT-GENIS POUILLY

Tel : 04 50 41 04 04

Mail : clic@ccpg.fr

Ouverture
d'un accueil de jour
par le Centre Hospitalier du
Pays de Gex
pour les personnes ayant des
troubles cognitifs avancés.

Pour plus d'information,
contactez le Centre Hospitalier
du Pays de Gex au
04 50 40 38 38

LUNDI 21 SEPTEMBRE

Conférence

**"Journée mondiale de la
maladie d'Alzheimer"**

Présentation de la consultation
mémoire du centre hospitalier
d'Annecy-Genevois

14h30 - Salle des fêtes
Place de la Sourdine, Airans
FARGES

**Des aides
techniques pour
vous faciliter le
quotidien ?**

Pour bien vieillir chez soi
il existe des petites
aides techniques.
Pour vous faciliter le quotidien,
le CLIC vous permet de les
**tester gratuitement
pendant un mois.**

www.ccpq.fr/aides-techniques

JEUDI 8 OCTOBRE

Forum

**"Bien vieillir dans le Pays
de Gex : aider les aidants"**

Journée des aidants

Espace de Vaise
1005 Route Blanche
SEGNY

JEUDI 19 NOVEMBRE

conférence

"Rhumatismes et arthrose"

Animé par le Dr GARDIN
rhumatologue du Centre
Hospitalier Alpes Léman

10h à 12h
Maison des Sociétés
219, Route de Péron
PERON

DÉCEMBRE

Conférence/débat

**"La retraite, le temps d'une
(re)création?"**

Animé par un psychologue

date et lieu à définir

INFORMATIONS

04 50 41 04 04
clic@ccpg.fr
www.ccpq.fr/clic

CLIC - Les Terrasses de Chevry,
Bat D, 29 rue Saint Maurice -
01170 CHEVRY
du lundi au Vendredi de 9h à
12h30 et de 15h à 17h
(sauf mercredi)

Carte mémo
Pour nos aînés



LA CARTE MÉMO

Pensée pour **vous faciliter le quotidien**, elle comporte les
coordonnées de vos nombreux interlocuteurs (médecin, pharmacie,
kiné, ...) elle deviendra votre repère et aidera en cas d'urgence à
identifier vos proches à prévenir, ou les professionnels vous entourant.

La carte mémo est **gratuite**, et disponible auprès du Clic.