







PROGRAMME DES ACTIVITÉS
sur le territoire du CRT Georges Coulon






Activités destinées aux :

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






Bouger

-  Séances d'Activités Physiques Adaptées
📍 LE GRAND-LUCÉ 📅 Le mardi de 9h à 10h
-  Activités Physiques Adaptées : séances réservées aux patients du SSIAD* et de l'ESA*
📍 EHPAD Eugène Aujaleu LE GRAND-LUCÉ 📅 Le mardi de 15h à 16h
-  Ateliers Équilibre avec l'association APPS 72
📍 ÉCOMMOY 📅 Le mardi après-midi à partir de janvier 2025
📍 LE GRAND-LUCÉ 📅 Le vendredi matin à partir de janvier 2025
-  Programme Équilibre avec l'association Corps en mouvement
📍 PRUILLÉ-L'ÉGUILLÉ 📅 Le lundi après-midi à partir du 6 janvier

Se ressourcer

-  École des aidants 📍 EHPAD Les Térébinthes PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE
📅 Le 12 février de 14h à 16h
-   Oser vivre un séjour de répit partagé (aidants/aidés) 📍 EHPAD Les Térébinthes PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE 📅 Du 27 février au 1^{er} mars

S'informer

-  Conférence sur la Protection des personnes âgées vulnérables - *Sur inscription*
📍 SAINT VINCENT DU LOROUEËR 📅 Le 23 janvier à 14h
-  « Être vigilant à domicile » *Information Gendarmerie*
📍 LIEU A DÉFINIR 📅 Le 19 février après-midi
-  « En tant que professionnel, les points de vigilance » *Information Gendarmerie*
📍 LIEU A DÉFINIR 📅 Le 20 février après-midi
-  Ateliers « Pour bien comprendre le vieillissement pour mieux l'accompagner »
📍 EHPAD Albert Trotté THORIGNÉ-SUR-DUÉ 📅 Le 25 février de 13h30 à 17h40
-  Ateliers Vitalité
📍 MONTFORT-LE-GESNOIS 📅 En février

Prévenir

-   Conférence « Soutien sur le chemin du deuil » - *Sur inscription*
📍 LE GRAND-LUCÉ 📅 Le 13 janvier à 14h

Échanger

-  Ateliers culinaires 📍 Lycée professionnel BRETTE-LES-PINS
📅 Les 9 et 10 janvier
-  Atelier cuisine
📍 Les Térébinthes à PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE 📅 Le 10 Février



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