












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 - *Organisé par l'Association APPS*
 **SECTEUR ECOMMOY**  Session en cours
-  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
-  Atelier Vitalité
 **MONTFORT-LE-GESNOIS**  À compter du 28 février








Se ressourcer

-   Oser vivre un séjour de répit partagé (aidants/aidés)  **EHPAD Les Térébinthes PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE**  Du 14 au 16 mars - Du 1^{er} au 5 avril - Du 14 au 18 avril
-  Café Entr'Aidants  **Maison du Tertre, EHPAD Les Térébinthes PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE**
 Le 31 mars
-   Groupe de Soutien aux personnes endeuillées - *Animé par JALMAV*
 **Centre médical Georges Coulon LE GRAND-LUCÉ**  Le 2 avril à 15h
-  École des Aidants  **Maison du Tertre, EHPAD Les Térébinthes PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE**
 Le 23 avril de 14h à 16h
-   Séjour Vacances Aidant / Aidé - *Proposé par l'Association Alzheimer Sarthe*
 Réservation avant le 15 juin 2025 (séjour en septembre 2025)

S'informer

-   Initiation Tablettes & Smartphones
 **LAIGNÉ-EN-BELIN**  À partir du 28 février
-   Projection du film documentaire « Vivants » - *Sur inscription*
 **MÉGA CGR SAINT-SATURNIN**  Le 3 mars à 20h
-  Repérage des risques à domicile
 **Résidence René Hulot CHANGÉ**  Le 5 mars à 14h
-   Atelier Dénutrition
 **Centre médical Georges Coulon LE GRAND-LUCÉ**  Le 12 mars à 10h30

Prévenir

-  Prévention bucco dentaire - *Animé par COSIA 72*
 **Résidence René Hulot CHANGÉ**  Le 13 mars à 14h45
-  Atelier Relevé du sol
 **EHPAD Résidence Amicie MONTFORT-LE-GESNOIS**  Le 3 avril de 14h à 16h
-   Prévention des chutes
 **CICAT à THORIGNÉ-SUR-DUÉ**  Le 17 avril

Échanger

-  Atelier culinaire  **EHPAD Les Térébinthes PARIGNÉ-L'ÉVÊQUE**  Le 14 avril à 10h30

*SSIAD : Service de Soins Infirmiers A Domicile - ESA : Equipe Spécialisée Alzheimer

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