

PROGRAMME 2020



C.L.I.C.

CLIC de l'Avesnois - Relais autonomie



Nord  **mdph59**
le Département



CLIC De l'Avesnois-
Relais Autonomie

**CLIC DE L'AVESNOIS
RELAIS AUTONOMIE**
Centre Hospitalier du Pays d'Avesnes
Route d'Haut Lieu – BP 10209
59363 Avesnes-sur-Helpe
03 27 57 54 33

Ce programme d'actions de prévention
s'adresse aux personnes à partir de 60 ans.

Les actions sont mises en place en partenariat
et avec le soutien de la conférence des financeurs, la
CNSA, les associations et les communes
du territoire d'intervention
du CLIC de l'Avesnois-Relais Autonomie

De Janvier à Juin

Café de l'autonomie (10 places) gratuit !

Le CLIC vient, à votre demande, échanger sur vos attentes et vos besoins sur le territoire

- **11 février** à 14 h : commune de Solrinnes
- **17 mars** à 14 h : commune de Taisnières-en-Thiérache
- **24 mars** à 14 h : commune de Lez-Fontaine
- **17 avril** à 14 h : commune de Haut-Lieu



De Janvier à Mars

Aide aux aidants (10 places) gratuit !



- ◆ Sophrologie pour les aidants
Stimulation pour la personne aidée
sur un même lieu et aux mêmes horaires

- Les jeudis **5 et 19 mars** – Les jeudis **2 et 16 avril** – Les jeudis **14 et 18 mai** de 14h30 à 15h30 Centre Hospitalier du Pays d'Avesnes

Avril

Dossier Médical Partagé (30 places) gratuit !

DMP : informations sur votre carnet de santé numérique et sur les directives anticipées

- lundi **27 avril** 14h30 au Centre Hospitalier du Pays d'Avesnes



En Mai

Séjour Séniors Alsace : 8 jours (10 places) !

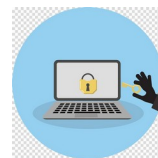


- ◆ Voyage organisé : sur la route des vins en bus tout confort (Tarif en fonction du revenu fiscal de référence)

- Du **23 au 30 mai**, départ d'Avesnes-Sur-Helpe

De Juin à Octobre

Cybercriminalité (30 places) gratuit !



- ◆ Comment être averti des dangers d'internet et comment éviter les arnaques du quotidien ?

En **Septembre** à WALLERS-EN-FAGNE

De Juin à Juillet

Mobilité (50 places) 5 euros



- ◆ Sortie en journée au musée de la dentelle de Cambrai
Restauration et visite libre
- vendredi **26 juin** toute la journée au départ d'Avesnes/Helpe, Solre le Château & Fourmies.

De Septembre à Octobre

(30 places) gratuit !

- ◆ Geste aux premiers secours **FOURMIES**
- ◆ Geste du quotidien pour vivre mieux chez soi
- ◆ Sécurité Routière : évolution et l'adaptation des moyens de transport dans l'Avesnois.
=> **9 octobre** : Conférence : « Conduite dangereuse comment aborder le sujet » **AVESNES-SUR-HELPE**
- ◆ Santé : les premiers signes de la maladie d'Alzheimer
=> **5 octobre** : Conférence : « les premiers signes de la maladie d'Alzheimer » **SOLRE LE CHATEAU**



Informations et Pré-inscriptions possible dès maintenant
03 27 57 54 33

Des idées ? Vous pouvez nous contacter tout au long de l'année