

Au sommaire :

- Le service Aides Techniques
- Le programme d'Eliad Prévention



Un nouveau
service gratuit !



Un ergothérapeute
vous apporte informations
et conseils à domicile

Dans le **questionnaire de satisfaction**, diffusé en février, vous avez été nombreux à vous montrer intéressés par les aides techniques.

Les personnes ayant demandé des informations complémentaires et qui ne nous ont pas communiqué leur nom sont invitées à nous recontacter au numéro ci-contre.

? * **Les Aides Techniques** sont des objets ou des équipements pour **prévenir, compenser, soulager les limitations d'activité** dues à l'avancée en âge, à la maladie ou au handicap.

La lettre d'infos

Aides Techniques Vous faciliter le quotidien !

Vous rencontrez des difficultés dans vos déplacements, dans certains gestes du quotidien...

L'utilisation d'**aides techniques*** peut **améliorer votre confort** et votre **sécurité** !

Eliad vous propose la visite à **domicile** d'un **ergothérapeute** qui vous apportera un **conseil personnalisé** :

- **information** sur les aides techniques
- **essai** et **prêt** gratuit de petit matériel (cane, pince à objets, couverts adaptés, planche de bain...)
- **accompagnement** dans l'utilisation du matériel
- **conseils** de postures et d'aménagements du domicile
- **information** sur les prises en charge financières possibles

Ce nouveau service est financé par la CNSA et les Conférences des financeurs du Doubs et de Haute-Saône. Il est donc **gratuit** jusqu'au 31 décembre 2017.

Pour en savoir plus
sur le service Aides Techniques
03 81 41 96 86
OU SUR **www.eliad-fc.fr**

Avec le soutien financier de

Eliad Prévention Tout un programme !

En mai & juin...

Nutrition
Mémoire
Sommeil
Bien-être
Lien social



Nouveauté !

- Atelier Santé Globale** (6 séances)
Roset-Fluans | Salle Polyvalente Olivier Vichard (2 rue de la Liberté)
9, 16 mai, 1^{er}, 8, 15 et 20 juin de 9h30 à 11h30
Approche de la santé à travers différents thèmes : nutrition, sommeil, activité physique adaptée et relaxation.

- Atelier Nutrition** (6 séances)
Besançon | Locaux de la CRESS / Una Franche-Comté (7 rue Léonard de Vinci)
9, 15, 22 mai, 2, 8 et 16 juin de 9h30 à 11h30
Information sur l'équilibre alimentaire, l'évolution des besoins selon l'âge, les idées reçues, des trucs et astuces... sans oublier l'activité physique adaptée.

- Atelier Sommeil** (6 séances)
Besançon | Maison de Quartier Grette-Butte (31 rue du Général Brulard)
18, 22, 29 mai, 8, 15 juin et 14 septembre de 9h30 à 11h30
Information complète sur le sommeil et les troubles associés, mais aussi des conseils pour mieux dormir.

Nouveauté !

- Atelier Mémoire** (6 séances)
Pouilly-les-Vignes | Mairie (Salle du Conseil Municipal)
23, 30 mai, 6, 13, 20 et 27 juin de 9h30 à 11h30
Entraîner sa mémoire à travers des jeux et des exercices proposés sur des tablettes tactiles. Il n'est pas nécessaire de posséder ou de maîtriser l'outil pour participer à cet atelier !

- Atelier Estime de soi** (5 séances)
Noidans-lès-Vesoul | Villa'Génération Maison commune (9 rue Danielle Mitterrand)
9, 23, 30 mai ou 6 juin (séance dédoublée), 13 et 23 juin de 14h à 16h
Par le biais de différents supports, travail sur l'estime et l'image de soi.

Le nombre de places est limité.
Réservez dès maintenant !

Ateliers gratuits sur inscription au
03 81 41 96 86

Ces ateliers s'adressent aux personnes de plus de 60 ans.

Spectacle «Aidez-moi, un peu, beaucoup... pas trop»



Gray | Théâtre Municipal (30 rue Victor Hugo)
1^{er} juin 2017 à 14h30

Un spectacle plein d'humour et de réconfort
Par la Compagnie Ophélie

Henry, Albert, Eliane et Jean sont quatre personnes âgées au tempérament bien différent. Avec plus ou moins de sérénité, chacun d'eux va pourtant devoir s'adapter

pour faire face à la dépendance grandissante qui s'impose avec les années. À leurs côtés, leurs proches observent ces changements et se demandent comment réagir...

Spectacle tout public - Gratuit
Inscription conseillée au **03 81 41 96 86**
Spectacle d'1h30 suivi d'un temps de convivialité

Ateliers organisés avec le soutien financier de :



En partenariat avec :



Tout le programme d'Eliad Prévention sur

www.eliad-fc.fr

Mais aussi...

Le Parcours de Santé des Personnes Âgées organise à **Ornans** un **Atelier Nutrition** animé par Eliad à l'Hôpital Saint-Louis les 2, 9, 16, 23, 30 juin et 7 juillet de 14h à 15h30.

Gratuit sur inscription : **06 45 35 32 05**