

## Semaine d'activités à la maison médicale pour les seniors

Du 15 au 19 juillet 2019



Semaine d'activités à la maison médicale pour les seniors

Dans le cadre des activités de prévention menées par la maison médicale de Seissan pour les seniors de plus de 60 ans, une réunion d'information vient de se tenir sur le site. La semaine retenue va du 15 au 19 juillet et comportera plusieurs ateliers avec inscription obligatoire dans les plus brefs délais car la capacité d'accueil de chacun des ateliers est limitée à moins d'une dizaine de participants.

### Divers ateliers menés par du personnel qualifié

Chacun des intervenants prévus a pu se présenter et surtout donner un aperçu de l'activité qu'il mènera durant cette semaine. Les exercices seront encadrés par du personnel qualifié et se dérouleront, suivant le cas, à la maison médicale de Seissan ou en extérieur comme pour la visite commentée de Barran, le 18 juillet, ou de Simorre, le lendemain, le 19 juillet, en matinée.

L'objectif de cette semaine d'activités variées et adaptées, rendues possibles grâce à l'investissement de certains financeurs et de la CARSAT, est de faire découvrir tout ce qui peut être pratiqué, passée la soixantaine. En fait, il s'agit plutôt de propositions pour aider la personne à trouver des solutions à certains problèmes liés à l'âge.

Rien ne sera imposé, pas d'évaluation finale, pas de performances à réaliser mais des propositions pour trouver son équilibre, pour prendre des habitudes les plus appropriées.

Pour toute demande d'information, appeler Stéphanie Viola au 07 77 04 80 60 ou Judith Rousseau au 06 87 95 42 15.

Inscription possible à une ou plusieurs activités dans la limite des places disponibles.

Les listes définitives seront arrêtées en fin de semaine.