

CONFERENCES – GRATUIT – SANS INSCRIPTION

SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible.

ROSPORDEN I KERNEVEL

Salle Polyvalente

Lundi 19/06 - 14h30

JUIN-JUILLET 2023

CONDUITE AUTOMOBILE

Manque de confiance au volant ? Envie de faire un point individuel avec une ergothérapeute et un moniteur auto-école ? Essayer une voiture à boîte automatique ? Des problèmes de santé affectent votre conduite ?

Contactez Vas-Y au **06.34.84.57.49**



Soutenues par la Conférence des Financiers de la Prévention de la Perte d'Autonomie du Finistère, toutes nos actions sont GRATUITES.

Pour tout renseignement complémentaire, adressez votre demande à :

vas-y@ildys.org

INSCRIVEZ-VOUS A NOS ATELIERS – GRATUIT

RALLYE MOBILITE

2 séances

1^{ère} séance : préparation pour découvrir les dispositifs de mobilité au départ de votre commune

2^{ème} séance : Sortie vers Brest, découverte des moyens de transport alternatifs : tram, car, bus, téléphérique

LE FOLGOET – Salle du Conseil – 14h30-16h

Le 15/06 : 1^{ère} séance et le 20/06 : 2^{ème} séance

Inscription en mairie : 02.98.83.01.92

PLOUGUERNEAU – Espace Vie Sociale –

1 Kénan Uhella – 10h00-12h00

Le 16/06 : 1^{ère} séance et le 20/06 : 2^{ème} séance

Inscription au CCAS : 02.98.04.59.52

BUCCO-DENTAIRE

1 séance – jeudi – 14h30

La santé bucco-dentaire est intimement liée à la santé générale. Fabienne et Sandrine, infirmières, proposent un atelier en petit groupe comportant des démonstrations et conseils pratiques sur les bons gestes d'hygiène bucco-dentaire du quotidien.

LANDIVISIAU – Maison de l'Aidant

Le jeudi 22/06

Inscription Fabienne : 06.15.97.43.66

NUTRITION

4 séances – Les mardis – 10h30-14h00

Préparation en groupe d'un délicieux repas orchestré par une diététicienne qui allie besoins nutritifs, saveurs, plaisir, convivialité et santé.

BOLAZEC – Salle Polyvalente

A partir du mardi 13/06

Inscription en mairie au : 02.98.78.10.95

VISION

2 séances – 10h00-16h00

Pique-nique à prévoir

Elodie et Justine, toutes deux ergothérapeutes, proposent un atelier participatif et créatif sur deux séances sur le thème de l'œil, son évolution en fonction de l'âge.

LANDIVISIAU – Maison de l'Aidant

Le mercredi 05 et Jeudi 6 juillet

Inscription par mail à vas-y@ildys.org

ou auprès de Corinne : 06.27.55.60.64

JUIN-JUILLET 2023



Pour tout renseignement complémentaire, adressez votre demande à :
vas-y@ildys.org

