LES ATELIERS

PAC RÉSIDENTS

DÉFI AUTONOMIE SENIORS

Groupement de coopération sociale & médico-sociale

www.defi-autonomie-seniors.fr

Nord-Pas de calais : 03.21.24.61.28

Picardie : 03.22.82.62.23

PAC Résidents

défi autonomie seniors

Bien vieillir en Hauts de France

Défi autonomie seniors

Groupement de coopération sociale & médico-sociale

Défi autonomie seniors a été créé le 1er janvier 2017 grâce à un partenariat entre :

- la CARSAT Nord-Picardie (caisse d'assurance retraite et de la santé au travail) ;
- les MSA Nord Pas-de-Calais & Picardie (mutualité sociale agricole) ;
- les SSI Nord Pas-de-Calais & Picardie (sécurité sociale des indépendants).

Les ateliers

PAC Résidents

Un programme innovant :
des ateliers mémoire pour les résidents des établissements qui hébergent des personnes âgées (EHPAD, résidences autonomies, MARPA, …) pouvant présenter des troubles cognitifs et ainsi partager un moment de convivialité, en stimulant leurs fonctions cérébrales.

Les ateliers se composent de 10 séances de 1h30 par groupe de 5 à 10 personnes.

À vos agendas

10 séances d'1h30

Séance 1 Mon identité
Séance 2 Mon parcours géographique
Séance 3 Prendre soin de moi et des autres
Séance 4 Au tour des savoirs
Séance 5 Mes 5 sens en éveil
Séance 6 Gym et mémoire
Séance 7 Musique et chant
Séance 8 Contes fables et écriture
Séance 9 Cuisine et saveurs locales
Séance 10 Des événements pour marquer le temps

Conception et réalisation service communication MSA Nord-Pas de Calais - crédits photos : fotolia.com

Pour tous renseignements :
contact@defi-autonomie-seniors.fr
Nord-Pas de calais : 03.21.24.61.28
Picardie : 03.22.82.62.23
Siège social : Défi autonomie seniors, 33 rue du Grand But 59 160 Capinghem
Antenne Picardie : Défi autonomie seniors, 27 rue Frédéric Petit 80 000 Amiens

Pour bien vieillir

msa santé famille retraite services — la MSA Nord Pas-de-Calais et la MSA Picardie

Carsat Retraite & Santé au travail — Hauts-de-France

CNRACL

ircantec — La retraite complémentaire publique

Camieg — Caisse d'Assurance Maladie des Industries Électriques et Gazières

défi autonomie seniors — Bien vieillir en Hauts de France