

Vous êtes proche-aidant d'une personne senior. Venez ensemble partager une activité physique adaptée à vos capacités.



BOUGER

POUR PRENDRE SOIN DE VOUS

www.paysvoironnais.com



LANCEMENT D'UN NOUVEAU PROJET : DES ATELIERS

D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES À DESTINATION DU DUO
AIDANTS / AIDÉS ET DE PERSONNES ÂGÉES ISOLÉES

POUR QUI ?

À destination des aidants familiaux, des personnes âgées aidées et des personnes âgées isolées.

QUAND ET OÙ ?

→ **Tous les mardis**
de 10h30 à 11h30
à Innovadom,
Campus La Brunerie,
180 bd de Charavines
à Voiron

Séance : 1€/participant

**Nous recherchons
des personnes
intéressées
par cette initiative**


POUR TOUTS RENSEIGNEMENTS

AU PROGRAMME

→ Ateliers proposés pour les aidants familiaux et les personnes aidées ou isolées, encadrés par des professionnels qualifiés en activité physique adaptée.

→ Convivialité, partage et rencontre.

→ Visite de l'appartement pédagogique d'Innovadom.

contactez Prescri'Bouge
 **06 46 00 65 29**