

Venez assister à l'atelier

Bienvenue à la maison

3 séances conviviales animées par un ergothérapeute !

Lundis 22 Janvier, 29 Janvier et 5 février
10H30-12h30



Résidence Dame Blanche
45 avenue de la Dame Blanche
94120 Fontenay-sous-Bois



Sophie TALL EISCHEN
06 27 82 58 88
aidant@mri94.fr



Séance 1 : Rester chez soi en toute tranquillité

- Les étapes clés pour un retour favorable à domicile.
- Bénéficiaire d'aides humaines et financières : démarches et conditions

Séance 2 : Habitat sûr et adapté à votre rythme de vie

- Faire le point sur son habitat : identifier les avantages et les inconvénients
- Adaptation du logement : solutions, modes d'acquisition et financements.

Séance 3 : Prenez soin de vous !

- Conseils pour rester en mouvement au quotidien.
- Gestes et postures bénéfiques du quotidien : pour vous et vos proches.