

Renseignements et inscriptions

Bien vieillir

à Varcès et à Claix

CCAS de Claix

allée du 18 juin 1940 - 38640 Claix

04 76 98 35 42

CCAS de Varcès Allières et Risset

rue Jean Jaurès - 38760 Varcès

04 76 72 95 49

A noter !

**Ouverture d'une
antenne France Isère
Alzheimer**
Permanences itinérantes
sur le canton
Renseignements
auprès de votre CCAS
(le jeudi de 14h à 16h)

2^{ème} semestre 2011

- ⇒ Rencontre échange
"Mieux vivre à domicile"
- ⇒ Groupes de parole
animés par un psychologue.



Service communication mairie de Claix - août 2010

Tables rondes thématiques et ateliers.
Entrée gratuite.
Sur inscriptions auprès de votre CCAS.

Agenda 2011

Prévention des chutes



Les lieux

➔ Salle de gym du CCAS

Allée du 18 juin 1940

38640 CLAIX

➔ Salle de danse

Gymnase L. Terray

Espace Charles de Gaulles

38760 VARGES

Table ronde

(gratuit)

animée par Mme PERRAIN (CARSAT)

Le lundi 10 janvier 2011

A 14h30 à la RPA de Claix

Atelier équilibre

animé par un kinésithérapeute

JM TREMOUS

les lundis de 15h à 16h

- 17 janvier 2011 à Varges

- 24 janvier 2011 à Claix

- 31 janvier 2011 à Varges

- 7 février 2011 à Claix

- 14 février 2011 à Varges

- 21 février 2011 à Claix

- 14 mars 2011 à Varges

- 28 mars 2011 à Claix

- 11 avril à Varges

- 18 avril à Claix

(Prix : 20€ les 10 séances)

La mémoire



Table ronde

animée par Mme Jourdan (CARSAT)
(Gratuit)

Le jeudi 17 mars 2011

A 14h30 - RPA de Varges

Atelier mémoire

(gratuit)

➔ Tous les mardis à 15h30
à la RPA de Claix

➔ 2 mardis par mois à 15h
à la RPA de Varges

La nutrition



Table ronde

(gratuit)

animée par Mme Jourdan (CARSAT)

Le jeudi 12 mai 2011

A 14h30 à la RPA de Claix

Repas

Le mardi 24 mai 2011

A la RPA de Varges

(prix du repas 6,94€)