

UN BUS pour votre santé



A partir du 17 octobre votre ville vous invite à venir découvrir un bus aménagé comme votre maison dans lequel vous pourrez vous retrouver pour des moments de partages.

Des professionnels de santé de l'association Proxisanté se déplacent près de chez vous pour des moments d'échanges autour d'activités physiques adaptées et de conseils diététiques à appliquer à la maison. À destination des séniors, les activités proposées sont pratiques, ludiques et gratuites.

Un jour par semaine pendant 5 semaines, faites le point sur votre santé et votre motivation pendant des ateliers de groupe :

- Ma forme physique, j'en suis où ?
- Mon assiette et moi, toute une histoire,
- Bouger, le secret de ma vitalité,
- Relax, on se détend,
- Bon pied, bon œil,
- Qualité et quantité, chacun son budget,
- Plaisir en cuisine, préparez, dégustez,
- J'ai droit à quoi ?
- Surprise !

Accordez-vous 2 heures de détente et convivialité !

Proxisanté, c'est qui ?

Une équipe de professionnels de santé, (médecins, infirmiers, diététiciennes, enseignants en activité physique adaptée, psychologue, sophrologue) qui met à disposition ses compétences en animant des ateliers de groupes ou individuels en vue d'accompagner chaque personne en développant son autonomie afin de maintenir ou améliorer sa qualité de vie.

L'équipe défend sa vision du « Vivre en santé » de la personne au plus près de son quotidien et de chez elle.

JOURNÉE DÉCOUVERTE

17 octobre à Créon
Ateliers

24 octobre 2017 à Créon

10 novembre à Créon

05-15 et 19 décembre à Créon



INFOS & INSCRIPTIONS

Tél : 05 56 32 95 51

Mail : contact.apiadibus@gmail.com

www.proxisante.org

Page Facebook : Poxisanté Structure ETP

Comment ça marche ?

Des bureaux pour des faces à faces... un moment pour réfléchir.

Un espace convivial pour échanger autour des thématiques abordées lors des ateliers.

Un bus connecté en toute situation.

Une cuisine aménagée pour réaliser les ateliers et les plats avec le traiteur et les diététiciennes.

Une équipe de professionnels de santé, dynamique pour animer des ateliers dans une ambiance conviviale :
Des diététiciennes, un traiteur, des enseignants en activité physique adaptée, un gérant de société de service à la personne et des auxiliaires de vie sociale.

Des ateliers programmés sur plusieurs semaines d'une durée de 2 heures.
Un circuit défini dans des villes de l'Entre-deux-Mers.

Gironde
LE DÉPARTEMENT
gironde.fr

Action soutenue et financée par Le Conseil départemental dans le cadre du risque de la perte d'autonomie des populations de plus de 60 ans.