

À L'INITIATIVE DE
la Commune d'Yvoir
et de son conseil
consultatif des aînés

Yvoir
Et Cœur de la Région

[VIVRE ET VIEILLIR]
en santé!



POUR CONTINUER À ACCOMPLIR CE QUE L'ON AIME

ERGO2.0

Venez découvrir avec vos proches, **les Initiatives et activités proposées dans votre commune.** Celles-ci pourront vous aider à **"bien vivre et vieillir en santé"** chez vous et dans votre village.

Dès maintenant,
agissons ensemble!

FN PREVENTION

 Fondation
Roi Baudouin
Agir ensemble pour une société meilleure



AViQ
Agence pour une Vie de Qualité
Familles Santé Handicap

MON QUARTIER, *ma vie,* *mon lieu de vie,* ET MOI!

En collaboration avec l'ASBL ERGO2.0 et Alzheimer Autrement, nous avons le plaisir de vous convier à une séance d'information

le **13 octobre 2022** à 19h à la gare de Spontin

le **25 octobre 2022** à 19h à la salle du Maka à Yvoir

AU PROGRAMME :

Comment optimiser vos fonctions pour continuer à réaliser vos activités le plus longtemps possible ?

- Présentation de l'application d'autoévaluation de sa fragilité : application ICOPE de l'OMS
- Présentation des initiatives et outils proposés par votre quartier et son réseau pour optimiser et maintenir le bien-être et l'autonomie au quotidien. **(table ronde par thématique)**
- ✓ *Activités sportives, bien être et loisirs : CCA d'Yvoir*
- ✓ *L'approche préventive soutenue par les centres médicaux*
- ✓ *Alzheimer Autrement et Alzheimer Belgique*
- ✓ *La clinique de la mémoire et le centre de jour gériatrique du CHU Mont-Godinne*
- ✓ *Les services d'aide à domicile (Le SPAF)*
- ✓ ...
- Qu'est-ce qu'un ergothérapeute de quartier ? Que peut-il vous apporter ?
- Moment convivial d'échange