

CONFERENCES – GRATUIT

MEDICAMENT

« Pour le bon usage du médicament »

Améliorer vos connaissances sur les questions liées à la prise de médicament.

LE RELECQ-KERHUON

Centre Jean Jacolot -
Mardi 15/11 - 14h30

EN VISIOCONFERENCE (*)

Thème : Vaccination, où en est-on ?

Mardi 29/11 – 14H30

Inscription par mail : vas-y@ildys.org

SECURITE INFORMATIQUE

« Pirates, virus, spam sur mon ordinateur, comment m'en protéger ? »

Conférence animée par le responsable de la Fondation ILDYS

POULLAOUEN

Salle Amzer Zo
Jeudi 17/11 – 14h30

SECURITE ROUTIERE

« Révision code de la route »

Mise à jour des nouvelles règles de circulation pour conduire en toute sécurité le plus longtemps possible.

LOCQUENOLE

Salle du Préau (près de la Mairie)
Mardi 15/11 – 14h30

MOELAN-SUR-MER

Centre Culturel Ellipse
Lundi 21/11 – 14h30

HABITAT

« Ma maison pour demain, j'y pense aujourd'hui »

Elodie, ergothérapeute, anime une causerie sur les améliorations à envisager sur son logement. Elle apporte des informations sur les organismes et les aides financières ;

TAULE

Salle du Patronage
Mercredi 23/11 - 14h30

NOVEMBRE 2022



CONDUITE AUTOMOBILE

Manque de confiance au volant ? Envie de faire un point individuel avec une ergothérapeute et un moniteur auto-école ? Essayer une voiture à boîte automatique ? Des problèmes de santé affectent votre conduite ?

Contactez Vas-Y au **06.34.84.57.49**



(*) [Pour toute inscription par mail à une visioconférence](mailto:vas-y@ildys.org), merci de nous indiquer votre nom, prénom, date de naissance, code postal, commune

Pour tout renseignement complémentaire, adressez votre demande
à : vas-y@ildys.org

INSCRIVEZ-VOUS A NOS ATELIERS – GRATUIT – NOVEMBRE 2022

BUS PREVENT'Y

Séance de 45 minutes par groupe de 5

Les pompiers du SDIS 29 et les ergothérapeutes de Vas-Y vous invitent à visiter le bus « Préven'ty » conçu comme un appartement de sensibilisation aux risques domestiques (incendies, chutes, etc.).

CHATEAULIN – Place du Marché

Le mardi 03/11 – 10H00-16H30

Inscription auprès de Hervé : 06.16.45.96.75

MEMOIRE

6 séances

L'ensemble des séances se réalise autour du fonctionnement de la mémoire, des utilisations et ses compensations avec un apport théorique et des exercices pratiques.

LA FOREST-LANDERNEAU – Salle Taliesin

A partir du lundi 07/11 – de 10h00 à 11h30

Inscription en mairie : 02.98.20.21.43

LOPERHET - Salle du Conseil

A partir du lundi 07/11 – de 14h00 à 15h30

Inscription en mairie : 02.98.07.07.07

BOLAZEC - Salle Polyvalente

A partir du jeudi 10/11 (1^{ère} journée) puis les vendredis de 10h30 à 12h00 à partir du 18/11

Inscription en mairie : 02.98.78.10.95

MON EQUILIBRE, J'Y TIENS

8 séances – 2 créneaux :

9h30 à 10h30 et de 10h30 à 12h00

Atelier de renforcement musculaire, de travail de coordination pour développer des compétences face aux risques de chute.

LESNEVEN – Salle de la Maison d'Accueil

A partir du lundi 28/11

Inscription auprès du CCAS : 02.98.83.57.95

COUPS DE POUCE INFORMATIQUE

6 séances

Matin : aide informatique individualisée

Après-midi : atelier informatique collectif

Cet atelier a pour but de vous familiariser avec l'usage du numérique.

TREOGAT – Salle du Conseil

A partir du mercredi 09/11

Inscription auprès de Maud : 06.17.35.58.17

KERNOUES – Salle du Conseil

A partir du jeudi 10/11

Inscription auprès de Maud : 06.17.35.58.17

HABITAT

3 séances – 14h30 à 16h00

« Ma maison pour demain, j'y pense aujourd'hui »

Echanges en groupe restreint, animés par une ergothérapeute sur l'aménagement et la sécurité du domicile. Apportez des photos des pièces de votre maison.

TAULE – Salle des Mariages en Mairie

A partir du mercredi 30/11

Inscription à l'issue de la conférence du 23/11 puis en mairie au : 02.98.67.11.14

NUTRITION

4 séances

Préparation en groupe d'un délicieux repas orchestré par Marine, diététicienne qui allie besoins nutritifs, saveurs, plaisir, convivialité et santé.

BOURG-BLANC – Maison du Temps Libre

A partir du mardi 22/11 - de 10h30 à 14h00

Inscription en mairie : 02.98.84.58.13

EN VISIOCONFERENCE (*)

A partir du lundi 08/11 – de 10h30 à 12h00

Inscription par mail : vas-y@ildys.org

(*) [Pour toute inscription par mail à une visioconférence](#), merci de nous indiquer votre nom, prénom, date de naissance, code postal, commune

Pour tout renseignement complémentaire, adressez votre demande à :
vas-y@ildys.org

