



PARCOURS L'ESCAP

Afin de prendre part à ces rencontres et pour toute demande d'information, vous pouvez nous contacter :

EHPAD Les Tourtraits

2 rue de la Haute Pierre
41100 SELOMMES

*les lundis de 9h00 à 13h00 et de 13h30 à 16h30
au 02 54 23 81 71*

EHPAD Résidence du Fresne

34 rue Jules Ferry
41310 SAINT AMAND LONGPRE

*les mardis de 9h00 à 13h00 et de 13h30 à 16h30
au 02 54 82 80 63*

parcourstescap@ehpadfresne.fr

Tous Ensemble Citoyens Acteurs du Parcours de santé

Un dispositif gratuit d'aide et de rencontres **pour les personnes de plus de 60 ans et leurs aidants à domicile**





PARCOURS 'ES CAP

Tous Ensemble Citoyens Acteurs du Parcours de santé

Un projet innovant afin de vous accompagner dans votre quotidien.

Dans une volonté de créer du lien entre l'EHPAD et le domicile, nous souhaitons vous faire bénéficier gratuitement de notre savoir-faire en partenariat avec les acteurs de proximité.

**Sur le lieu de votre choix,
selon vos disponibilités, nous vous
proposons un accompagnement adapté construit avec
vous. Prenez rendez-vous afin de vous inscrire à
Parcours T'es Cap ainsi que votre proche aidant à
domicile.**

RESTER EN FORME : activités physiques adaptées
avec des professionnels formés

RESTER INFORMÉ : ateliers d'informations
diverses, conférences

ÉCOUTE : Rencontre avec une psychologue à
domicile

SOUTIEN : Rencontre avec l'équipe de soins à
domicile

AUTONOMIE : accompagnement sur la mobilité, la
nutrition sous forme d'ateliers, de groupes de paroles