



## TEMPS FORT

Une journée pour vous accompagner, pour un maintien à domicile réussi

### Le 23 septembre de 10h à 17h - Salle des fêtes d'Iville

Venez découvrir des solutions pour un quotidien serein et autonome !  
Nous vous invitons à un forum riche en rencontres, avec des partenaires spécialisés : Asept Normandie, Agirc Arcco, Carsat, MSA, Merci Julie, France Services, Bulle d'Air, le truck mobil de Soliha...  
Informations, conseils pratiques et démonstrations pour un maintien à domicile réussi.

A 14h : Assistez à la pièce de théâtre « Mathilde, Jacques et les autres » proposé par la Compagnie Vol de Nuit qui aborde les difficultés des aidants en essayant d'éclairer avec humour, grâce et poésie un sujet sensible.

**Un évènement à ne pas manquer pour bien vieillir chez soi !**

Renseignements et inscriptions au 02 32 34 04 41



POUR VOUS INSCRIRE

CONTACTEZ LE 02 32 34 04 41



## COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU PAYS DU NEUBOURG SERVICE D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT À DOMICILE

Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de  
la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie de l'Eure



## BIEN VIEILLIR ENSEMBLE AU PAYS DU NEUBOURG

# PROGRAMME ANIMATIONS SÉNIORS

GRATUIT



Sur inscription :  
02 32 34 04 41

## Prévention Santé

### Préservons votre santé par l'activité.

Avec le concours de l'association Siel Bleu, nous vous proposons 12 séances de prévention des chutes d'une durée d'1 heure. Prévenir les chutes c'est se donner les clés pour un quotidien plus sûr :

#### Rejoignez notre atelier et retrouvez équilibre et sérénité.

De 14h à 15h, salle des fêtes du Tremblay Omonville

- les 12, 19 et 16 septembre,
- les 3, 10 et 17 octobre,
- les 7, 14 et 28 novembre,
- les 5 et 12 décembre

(Groupe limité à 12 personnes / sur inscription au 02 32 34 04 41)



### Redécouvrons votre mobilité au contact du cheval

Le club hippique du Neubourg situé sur la commune de Vitot vous propose 12 séances d'équitation santé d'une durée d'1h30 (groupe limité à 8 personnes). L'équithérapie, c'est bien plus qu'un moment avec l'animal : c'est une activité en plein air pour bouger autrement, renforcer sa motricité, retrouver confiance en soi, et améliorer son équilibre tout en douceur.

#### Laissez-vous porter... vers plus de bien-être.

De 14h à 15h30, au centre équestre 23 rue de la croix blanche - 27110 Vitot,

- les 11, 16, 18, 25, 30 septembre,
- les 2, 7, 14 octobre

(groupe limité à 8 personnes / sur inscription au 02 32 34 04 41)



#### Vous avez des questions ?

Contactez notre équipe du service d'aide et d'accompagnement à domicile (SAAD)

☎ 02.32.34.04.41

✉ aideadomicile@paysduneubourg.fr

🌐 www.paysduneubourg.fr

Pour plus d'infos,  
Scannez ce QR-Code



Pays du Neubourg

## Bien être

### Rions ensemble avec émotions

**Venez découvrir le yoga du rire**, une parenthèse joyeuse pour relâcher la pression, libérer les tensions... et rire sans raison ! Pas besoin d'être souple, juste prêt à sourire !

Séance de 14h à 15h (Groupe limité à 10 personnes / sur inscription au 02 32 34 04 41)

- les 4 et 25 septembre
- les 14 et 28 octobre

Lieu : salle des fêtes de Ville sur le Neubourg

### Suscitons votre imagination et votre créativité

Florent Rodier vous propose de libérer votre créativité et de laisser vos mains sculpter. En donnant vie à vos idées, l'atelier de modelage vous offre un moment de détente et de partage.

De 13h45 à 15h45

- le 30 septembre
- le 7 octobre
- les 4, 18 et 25 novembre

Les inscriptions sont obligatoires, nous vous invitons à participer à l'ensemble des ateliers pour assurer une découverte de qualité et faciliter votre créativité.

Lieu : à l'atelier situé 24 rue de la Mare aux Grues - 27110 Le Tilleul-Lambert

(Groupe limité à 6 personnes / sur inscription au 02 32 34 04 41)

