

Soins et Accompagnements du Forez

Association Loi 1901



Centre de Soins Infirmiers

2, rue des jardins
42600 Montbrison
centredesoinsinfirmier@wanadoo.fr

04 77 58 18 20

Soins infirmiers à domicile
7 jours sur 7
Permanence des soins dans les locaux
du centre du lundi au samedi
de 08h à 10h
et sur rendez-vous en dehors de ces heures



Accueil de Jour Volubilis

33, rue faubourg de la Croix
42600 Montbrison
Volubilis-montbrison@orange.fr

04 77 58 95 03

Accueil de jour personnes atteintes de
la maladie d'Alzheimer

10h- 17h du lundi au vendredi

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Le plaisir de faire ensemble
Un temps de convivialité et de détente
Un échange différent du quotidien



42 >> www.loire.fr

Loire
LE DÉPARTEMENT

Les séances d'activités physiques adaptées (APA) regroupent l'ensemble des activités physiques et sportives adaptées aux capacités des personnes atteintes de maladie chronique ou de handicap. L'objectif des APA est de prévenir l'apparition ou l'aggravation de maladies, d'augmenter l'autonomie et la qualité de vie des patients, voire de les réinsérer dans des activités sociales. Ces activités peuvent être réalisées auprès de différents publics et propose des exercices permettant de maintenir l'autonomie. Dans un quotidien trop souvent rythmé par les automatismes de la maladie et de la dépendance, le programme offre un moment de partage, de détente et de bien-être.

Objectifs

- Améliorer la motricité générale
- Limiter les symptômes et les effets de la maladie
- Favoriser le maintien de l'autonomie
- Améliorer les facteurs socio-affectifs : image de soi, confiance en soi

Thèmes Généraux Abordés

- La dextérité
- Le maintien des capacités musculaires
- Respiration, relaxation, gestion du stress post-chute
- Le recul du seuil de fatigue physique

Modalités

12 séances, le jeudi matin de 11h à 12h ou de 14h15 à 15h15

Mai	Juin	Juillet
2/05/2019	6/06/2019	4/07/2019
9/05/2019	13/06/2019	11/07/2019
16/05/2019	20/09/2019	19/07/2019
23/05/2019	27/06/2019	25/07/2019

Lieu : 2 Rue des Jardins - 42600 Montbrison

Séances financées en partie par la conférence des Financeurs de La Loire

Une participation de 24 €/ personne et 38 €/par couple pour le cycle sera demandé.

Inscription

Par courrier ou par téléphone auprès du :

**Centre de Soins Infirmiers de Montbrison,
2 rue des jardins 42600 Montbrison
04 77 58 18 20
centredesoinsinfirmier@wanadoo.fr**

Coupon à retourner :

Mme et Mr :

Adresse :

Tél :

Caisse de retraite :

Souhaite participer au cycle qui aura lieu à Montbrison au choix les jeudis de :

11h à 12h

14h15 à 15h15