

Vivre et Vieillir en bonne santé c'est quoi?

C'est préserver son bien-être physique, physiologique, psychologique et social.

A partir d'un certain âge, des signes de fragilité peuvent apparaître et menacer votre autonomie. Pour autant ces fragilités peuvent être réversibles : il existe des solutions pour améliorer et maintenir votre qualité de vie.

Suis-je concerné?

- ✓ Vous avez perdu du poids involontairement ?
- ✓ Vous vous sentez plus fatigué ?
- ✓ Vous avez des difficultés pour vous déplacer ?
- ✓ Vous marchez moins vite ?
- ✓ Votre mémoire vous joue des tours ?

N'hésitez pas à nous en parler!!

Ne pas jeter sur la voie publique! Merci!!

PERMANENCES SOCIALES

Argelès-Gazost

Les coordinatrices du CLIC

Sur RDV au CLIC ou à votre domicile du Lundi au Vendredi de 9H à 17H.

PERMANENCES SOCIALES

Délocalisées

♦ Maison Gradet-Poque (Mairie) de Luz-St-Sauveur

Les 1er Lundis du mois de 9h30 à 11h30.

Sur rendez-vous au 05.62.90.39.85

♦ Mairie de St-Pé-de-Bigorre

Les 3ème Mercredis du mois de 10h à 12h.

Sur rendez-vous au 05.62.90.39.85.

♦ Mairie-CCAS de Lourdes

Les Vendredis de 15h à 17h.

Sur rendez-vous au 05.62.90.39.85.

PERMANENCES- Actions Collectives

Argelès-Gazost

Sur RDV au CLIC ou à votre domicile
du Lundi au Vendredi de 9H à 17H

-5 rue Passage du Parc -

65 400 Argelès-Gazost

C.L.I.C

Payz des Gaves



Centre Local d'Information et de Coordination



Vous avez 60 ans et plus?

**Vous avez besoin d'information
ou d'accompagnement dans vos
démarches du quotidien?**

**Vous traversez une période de
fragilité, et vous souhaitez faire
le point?**

Situé derrière le Trésor Public
5 Passage du Parc -Argelès-Gazost
05.62.90.39.85

clicpaysdesgaves@gmail.com

Parce-que avoir
60 ans ou plus aujourd'hui
c'est tout ça...



Attention notre réseau n'a pas
l'ambition de vous rendre
comme ça...



Mais répondre simplement à
vos attentes et besoins de
retraités actifs qui veulent
rester autonomes!

**Alors ...Ayez le
Dé...CLIC !!**

POURQUOI ?

Le **CLIC** du Pays des Gaves est un
dispositif d'information et
d'accompagnement

GRATUIT DE PROXIMITE.

La coordinatrice

Nathalie CASENY

Vous informent, vous orientent et
vous accompagnent ainsi que vos
proches dans toutes vos démarches
du quotidien :

- ✓ Activation d'aides sociales en lien
avec l'avancée en âge
(aide à domicile, aménagement
du logement, portage de repas,
téléalarme, aide pour vos
déplacements....)
- ✓ Aide et soutien aux aidants
- ✓ Coordination et formalisation de
votre prise en charge médico-social
en lien avec votre médecin traitant.

PERMANENCE ACTIONS-COLLECTIVES

Prend en compte vos attentes
et besoins ainsi que ceux de
vos proches et professionnels
du secteur, afin de créer ou
trouver des ateliers qui vous
correspondent au plus près de
chez-vous.

QUELLES ACTIVITES ?

Ateliers de Prévention pour un « Bien-
Vieillir »

- ✓ Atelier Activité Physique Adaptée
 - ✓ Atelier Mémoire
 - ✓ Atelier Informatique
- ✓ Atelier Nutrition et Equilibre
 - ✓ Groupe de Marche
- ✓ Voyages CLICInformations,

Tarifs, Prises en charge possibles, Horaires,
Lieux...

Nos Partenaires

