

Les administrateurs de l'ADSCE, les élus sont acteurs de cette démarche de prévention et de sensibilisation. Nos aides à domicile seront mobilisés pour cette action.

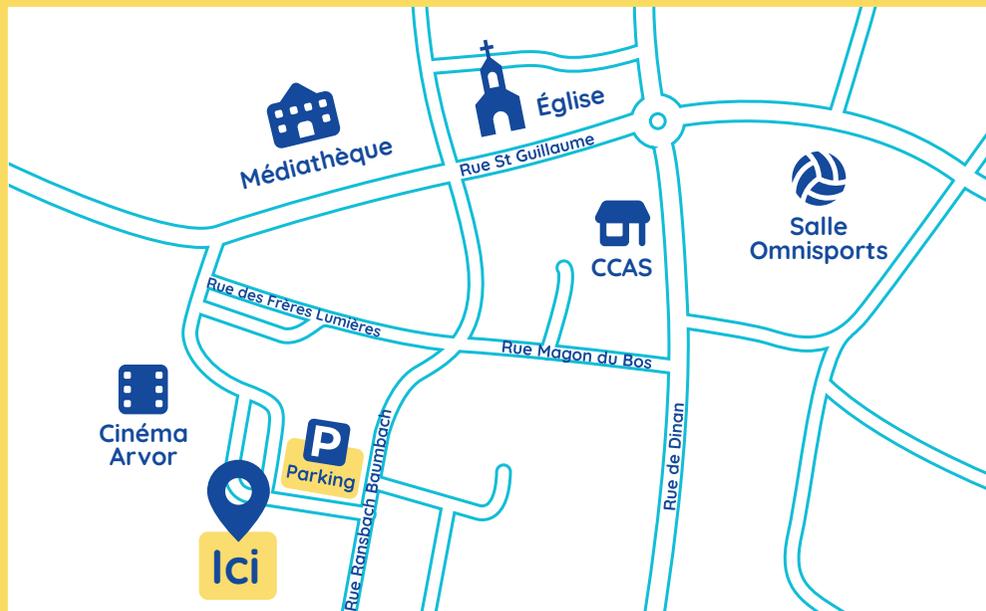
Vous trouverez ci-joint un bulletin d'inscription à nous retourner **avant le mardi 30 septembre 2025** :

- au **CCAS de Pleurtuit**, à Mme LEBLANC, 02 19 00 15 65
- ou à l'**ADSCE de La Richardais** à Mme BLIVET, 02 99 16 16 16

Pour tous renseignements n'hésitez pas à nous appeler !

L'animation se déroulera de **14h30 à 16h**, et sera suivie d'un **goûter jusqu'à 17h**. L'inscription est **gratuite**.

 Espace Delta - Rue Ransbach Baumbach  
35730 PLEURTUIT



organisé par  ADS  
CÔTE D'Émeraude et animé par  DYNA'MEET

Animation réalisée pendant la semaine bleue, un temps pour nos retraités

# Les clés du bien vieillir

UN VÉRITABLE ESCAPE GAME,

SPÉCIALEMENT CONÇU POUR LES SÉNIORS !



Judi 9 octobre 2025 - 14h30-17h  
Espace Delta - Rue Ransbach Baumbach  
35730 PLEURTUIT



## UN JEU D'ENQUÊTE SPÉCIALEMENT CONÇU POUR LES SÉNIORS !

Ce moment ludique doit permettre de mobiliser des seniors sur l'intérêt des bonnes pratiques du quotidien et ainsi prévenir la perte d'autonomie et l'isolement.

### LES OBJECTIFS :

- Sensibiliser les seniors aux bonnes pratiques à mettre en oeuvre pour mieux vieillir : alimentation saine, activités physiques adaptées, aménagement du lieu de vie, etc.
  - Stimuler les capacités cognitives des participants.
  - Créer du lien social, à travers un moment de partage riche et intense.
  - Odeurs, sons, cadenas, codes, manipulations, objets cachés, etc.
- Les détectives devront user de tous leurs sens pour arriver au bout de l'expérience... et cela avant les autres équipes !



1h30 d'activité environ

# Les clés du bien vieillir

