



ARASC

Siège social : 27 rue de Molsheim – 67000 STRASBOURG

Tél. : 03 88 55 99 99 – Fax : 03 88 84 72 03

Certification AFNOR 11/00582.2 « Service aux personnes à domicile - NF 311 »

Labellisation Cap'Handéo

Agrément services à la personne N°SAP342041688

COMMUNIQUE DE PRESSE

Strasbourg, le 12 décembre 2017

L'ARASC met en place dès janvier 2018 des réunions d'information prévention santé à destination des séniors, avec le soutien de la conférence des financeurs du Bas-Rhin, et AG2R La Mondiale.

Le projet vise à prévenir la perte d'autonomie des personnes âgées et/ou vivant avec une maladie chronique, de permettre aux participants de mettre en place des stratégies personnelles quotidiennes pour améliorer son bien-être et sa santé.

Le projet se décline en séances collectives réunissant un maximum de 15 participants âgés de plus de 60 ans, avec ou sans perte d'autonomie et/ou vivant avec une maladie chronique ou un handicap associé à l'âge.

Chaque séance apportera aux participants des informations théoriques et pratiques sur la réduction des risques par l'activité physique, la nutrition, et proposera une première approche de l'activité physique adaptée, au travers d'exercices accessibles simples, dont les apports et bienfaits spécifiques seront expliqués.

Ces temps informatifs seront menés par un intervenant professionnel du sport adapté, formé à l'éducation thérapeutique du patient, soutenu par des jeunes volontaires en service civique à l'ARASC qui auront été préalablement formés aux thématiques abordées.

Ces séances collectives proposées bimensuellement débutent en janvier 2018, et se poursuivent un mardi sur deux.

Les premières dates prévues sont : le 30 janvier, les 13 et 27 février, les 13 et 27 mars.

Les premières séances auront lieu dans les locaux de l'ARASC, 27 rue de Molsheim à Strasbourg. En fonction des demandes, d'autres lieux pourront être proposés.

Les séances sont entièrement gratuites pour les participants.



ARASC - 27 rue de Molsheim - 67000 STRASBOURG

Tél. : 03 88 55 99 99 – Fax : 03 88 84 72 03

Registre des associations, vol XXXXVII n°5 SIRET 342 041 688 00033 – APE 8810 A

Banques : BFFCC 42559 00081 21021973409 43 – CMDP 10278 01004 00021839645 46