

# Les aventures de Suzette

## ou la chronique du CLIC

### Mois de Décembre

Ces derniers temps, Suzette ne se sentait pas toujours en sécurité dans ses déplacements. Malgré le fait qu'elle adorait se rendre avec ses amies à la patinoire quand elle était adolescente, elle se rend bien compte qu'elle maîtrise beaucoup moins bien les glissades qu'auparavant ! Elle a donc contacté le CLIC pour demander la visite de Mme CAILLET, ergothérapeute et présente au CLIC une fois par semaine.

Lors de sa visite, Mme CAILLET lui a apporté des conseils sur les adaptations possibles dans sa salle de bain mais également dans les autres pièces de sa maison. Cette visite, gratuite, lui a permis de se sentir plus en sécurité.

Par la même occasion, Mme CAILLET lui a parlé des ateliers ASEPT (Association Santé, Education et Prévention sur les Territoires) qui sont proposés sur l'Agglomération choletaise plusieurs fois par an. En partenariat avec le CLIC et financés par les caisses de retraite, les ateliers abordent différentes thématiques au travers d'exercices en groupe et de conseils de prévention. L'année prochaine, un atelier autour de l'équilibre et de l'activité physique en douceur sera proposé : « N'hésitez pas Madame Suzette à vous y inscrire afin de retrouver confiance en votre équilibre et préserver votre mobilité ! » lui conseille la professionnelle.

Suzette recueille ces informations et ces recommandations avec beaucoup d'intérêt ! Recevant régulièrement les informations du CLIC, elle consultera attentivement ses mails et appellera les coordinatrices pour connaître les modalités d'inscription dès qu'elle recevra leur invitation.

...rendez-vous pour la suite des aventures de Suzette dans le prochain numéro.

CLIC IGEAC (centre local d'information et de coordination)

- au pôle social (24 avenue Maudet 49300 CHOLET) : réception uniquement sur RDV ouvert du lundi au jeudi de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00, et le vendredi de 14h00 à 17h00.

- uniquement sur rendez-vous à Vihiers (2 Rue du Comte de Champagne)

- ou à domicile

Tél : 02.41.30.26.34

[clic.choletais@gmail.com](mailto:clic.choletais@gmail.com)

Site Internet : [clic-igeac.org](http://clic-igeac.org)

