

Nos Ateliers Prévention :



› Happy Tab' 1

Apprendre à utiliser une tablette tactile. Découvrir et s'appropriier le numérique mobile avec des usages pratiques et créatifs !

› Happy Tab' 2

Poursuivre l'accompagnement initié avec Happy Tab' 1, consolider les acquis et approfondir l'apprentissage.

› La Mémoire en Jeu

Entraîner son cerveau à partir d'une méthode amusante et ludique sur tablette tactile.

› La Maison à Jouer

Se sensibiliser et échanger sur l'hygiène, la santé, la nutrition, l'aménagement du domicile ou encore la vie dans la cité autour d'un jeu de société.

› Vitalité et Gourmandise

Partager un moment de convivialité autour d'une activité physique douce ou d'une recette de cuisine pour apprendre à rester en forme.

› Le Coffre à Jouer

Créer du lien social et s'amuser autour des jeux de notre ludothèque itinérante.

› Les Instants Bien-Être

Prendre le temps de se faire dorloter, profiter de moments de détente avec des activités autour du bien-être des mains, des pieds et du crâne pour apporter sérénité et relaxation.

À VENIR › Voyage en Terre Virtuelle
› Écocitoyen à tout âge !

Envie d'en savoir plus sur les autres services de l'Abrapa ?

- › Aide aux actes essentiels (aide à la personne)
- › Aide aux actes quotidiens (entretien du logement et du linge)
- › Téléassistance
- › Soins Infirmiers à Domicile
- › Aide à Domicile aux Familles
- › Portage de Repas (à venir)
- › Transport Accompagné (à venir)

Née à Strasbourg, l'Abrapa est la plus ancienne et la plus importante association d'aide et services à la personne dans le Bas-Rhin. Depuis 2017, elle se développe désormais sur d'autres territoires dans le prolongement de ses valeurs historiques.



VOUS & VOS PROCHES

Agir aujourd'hui pour mieux vieillir demain !

L'ÉTHIQUE
ASSOCIATIVE
À VOTRE
SERVICE !

abrapa
ensemble partageons la vie

abrapa
ensemble partageons la vie

DEPUIS
60 ANS
ASSOCIATION
D'AIDE
ET SERVICES
À LA PERSONNE

www.abrapa.asso.fr
03 84 86 27 99

155 Rue du Levant

BP 10182 - 39005 Lons-le-Saunier Cedex

contact.jura@abrapa.asso.fr

www.facebook.com/abrapaofficiel/



Mission associative

Depuis 1961, l'Abrapa, Association d'aide et services à la personne s'engage pour répondre aux besoins de chacun.

Petite Enfance, Soutien à domicile, Solutions d'hébergement : des services évolutifs et adaptés à toutes les étapes de la vie.

« Choisir l'Abrapa c'est opter pour le professionnalisme d'une association humaine et bienveillante dont la mission est reconnue d'utilité publique. »

La Prévention

L'allongement de la durée de vie amène à poser un regard différent sur l'avancée en âge, ses pathologies et l'impact sur les seniors dans leur vie quotidienne, et plus largement sur la société.

Les Pouvoirs Publics reconnaissent depuis quelques années la prévention comme une mission à part entière des structures médico-sociales.

L'Abrapa s'inscrit depuis toujours dans cet axe au travers de son Service Prévention et également par l'action directe de ses autres services sur le terrain.

Les objectifs de la Prévention :

- › Maintenir le lien social et rompre l'isolement
- › Préserver l'autonomie
- › Modifier ou limiter un état de « fragilité »
- › Stabiliser des situations liées à une incapacité
- › Éviter les hospitalisations
- › Prévenir l'épuisement des aidants

À l'Abrapa, des ateliers prévention clé-en-main !

Nous proposons des ateliers collectifs ou individuels qui s'adressent aux collectivités, aux établissements, aux clubs...

Ils visent à améliorer la qualité de vie des personnes âgées et des personnes fragilisées par une dépendance ou un handicap.

Organiser un atelier :

› **VOUS REPRÉSENTEZ UNE MAIRIE / UN CCAS ?**
Apportez aux seniors de votre commune des actions de prévention autour du mieux-vivre et du bien-vieillir grâce à une offre tout en un.

› **VOUS GÉREZ UN EHPAD, UNE RÉSIDENCE AUTONOMIE, UNE RÉSIDENCE SENIORS ?**
Diversifiez les animations déjà proposées par votre structure, soutenez vos équipes d'animation en leur libérant du temps afin de mener à bien d'autres projets.

› **VOUS PRÉSIDEZ UN CLUB DU TEMPS LIBRE OU UN FOYER RURAL ?**
Faites découvrir et tester des nouveautés aux membres de votre club/foyer en leur proposant des activités divertissantes et instructives qui favorisent le lien social.

En pratique :

Vous souhaitez mettre en place un atelier ?

Contactez-nous pour évaluer ensemble vos besoins, établir un devis personnalisé et planifier les ateliers.

Nous assurons le suivi et la réalisation des bilans de nos actions. Grâce à notre expertise, nous vous accompagnons à chaque étape :
Quelle thématique choisir pour quel public ?
Quelle communication mettre en place autour de l'atelier ? Quel financement ? Etc.

Un projet ? Une idée ?

Vous avez un projet autour de la Prévention ?
Une idée innovante ? Parlons-en, nous pouvons le construire ensemble !