



Semaine N°	JUILLET 2024					
	DATE	ACTIVITE	DETAILS			€
27	Mardi 02 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	sur inscription	gratuit
	Mercredi 03 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	sur inscription	gratuit
	Jeudi 04 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	sur inscription	gratuit
	Vendredi 05 juillet	🧘	Sophrologie	de 10h00 à 11h30 Foyer-Club Fontonne	pour l'aidant sur inscription	gratuit
		🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h30	sur inscription	gratuit
Samedi 06 juillet	📅	Rendez-vous du samedi	de 13h30 à 17h30	sur inscription	11 €	
28	Mardi 09 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h30	sur inscription	gratuit
	Mercredi 10 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	sur inscription	gratuit
	Jeudi 11 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h30	sur inscription	gratuit
	Vendredi 12 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00	sur inscription	gratuit
		🧘	Sophrologie	de 10h00 à 11h30 Foyer-Club Fontonne	pour l'aidant sur inscription	gratuit
	Samedi 13 juillet	📅	Rendez-vous du samedi	de 13h30 à 17h30	sur inscription	11 €
29	Mardi 16 juillet	FERMETURE				
	Mercredi 17 juillet	FERMETURE				
	Jeudi 18 juillet	FERMETURE				
	Vendredi 19 juillet	FERMETURE				
		🧘	Sophrologie	de 10h00 à 11h30 Foyer-Club Fontonne	pour l'aidant sur inscription	gratuit
Samedi 20 juillet	FERMETURE					
30	Mardi 23 juillet	FERMETURE				
	Mercredi 24 juillet	FERMETURE				
	Jeudi 25 juillet	FERMETURE				
	Vendredi 26 juillet	🧘	Sophrologie	de 10h00 à 11h30 Foyer-Club Fontonne	pour l'aidant sur inscription	gratuit
		FERMETURE				
Samedi 27 juillet	FERMETURE					
31	Mardi 30 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	sur inscription	gratuit
	Mercredi 31 juillet	🏠	Répît à domicile	de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30	sur inscription	gratuit

Ces activités sont destinées à l'ensemble des bénéficiaires des communes partenaires inscrits au RCA.



Juillet
2024

Sommaire

- retour en images "le mois dernier ..."
- informations diverses
- programme détaillé du mois
- actualités / événements

retour en images "le mois dernier ..."



De magnifiques créations du Répît à domicile.

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUEL

Sur rendez-vous - **Gratuit**

GROUPE DE PAROLE

Sur inscription - **Gratuit**
Date de démarrage fixée en fonction du nombre d'inscriptions.

Destiné aux aidants inscrits au Relais-Club des Aidants et aidants des bénéficiaires de l'Accueil Thérapeutique de Jour

FORMATION DES AIDANTS

France Alzheimer 06
Sur inscription - **Gratuit**
Date de démarrage fixée en fonction du nombre d'inscriptions.
Destiné aux aidants inscrits au Relais-Club des Aidants et aidants des bénéficiaires de l'Accueil Thérapeutique de Jour

ATELIER SOPHROLOGIE

Foyer-Club Fontonne
Pour l'aidant - sur inscription - Gratuit
Les vendredis 5, 12, 19, 26 juillet de 10h00 à 11h30
Destiné aux aidants inscrits au Relais-Club des Aidants et aidants des bénéficiaires de l'Accueil Thérapeutique de Jour

AU RENDEZ-VOUS DU SAMEDI

Prise en charge de votre proche à l'Accueil Thérapeutique de Jour
Les samedis : 6 et 13 juillet de 13h30 à 17h30
Tarif : 11 € - sur inscription

RÉPIT À DOMICILE

Sur inscription—Destiné uniquement aux aidants qui résident avec leur proche—**Tarif : Gratuit**
Mardi, mercredi, jeudi et vendredi
Prise en charge de votre proche à domicile
2, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 30 et 31 juillet
3 ou 4 heures (limité à 2 interventions par mois)

programme détaillé du mois

LA RÉCRÉ DES SENIORS

180 avenue de l'Aqueduc Romain - Antibes
Accueil de votre proche dans une structure associative amicale proposant diverses activités
Tous les vendredis de 13h30 à 17h30
Adhésion : 30 € par an.
Renseignements :
auprès du Relais-Club des Aidants au 04 92 91 39 10.

La canicule, que faut-il faire ?

Dans le cadre de la prévention caniculaire, les enfants des centres aérés de la ville d'Antibes s'engagent en faveur de leurs aînés en réalisant de magnifiques illustrations. DE BONNES PRATIQUES ET DE BONS GESTES À ADOPTER !

- JE PASSE PLUSIEURS HEURES DANS UN ENDROIT FRAIS OU CLIMATISÉ (MUSÉE, CINÉMA, CENTRE COMMERCIAL)
- J'HUMIDIFIE MA PEAU PLUSIEURS FOIS PAR JOUR ET JE ME VENTILE
- JE NE SORS PAS AUX HEURES LES PLUS CHAUDES
- JE DONNE DES NOUVELLES À MES PROCHES
- JE FERME LES VOILETS PENDANT LA JOURNÉE
- LA TEMPÉRATURE DE MON CORPS PEUT AUGMENTER, ATTENTION, JE SUIS EN DANGER !
- MON CORPS TRANSPIRE, C'EST DIFFICILE DE GARDER LA BONNE TEMPÉRATURE
- JE BOIS ENVIRON 1.5L D'EAU PAR JOUR MAIS PAS D'ALCOOL
- JE MANGE COMME D'HABITUDE (FRUITS, LÉGUMES, PAIN, SOUPE...)

CELLULE VEILLE SOCIALE
CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE
2 AVENUE DE LA LIBÉRATION - BP83 - 06602 ANTIBES CEDEX
veille.sociale@ccas-antibes.fr | www.antibes-juanlespins.com
04 92 913 913
du lundi au vendredi > 8h30-12h30 | 13h30-17h00

CANICULE, FORTES CHALEURS
ADOPTÉZ LES BONS RÉFLEXES

CANICULE INFO SERVICE
0 800 06 66 66
Appel gratuit depuis un poste fixe

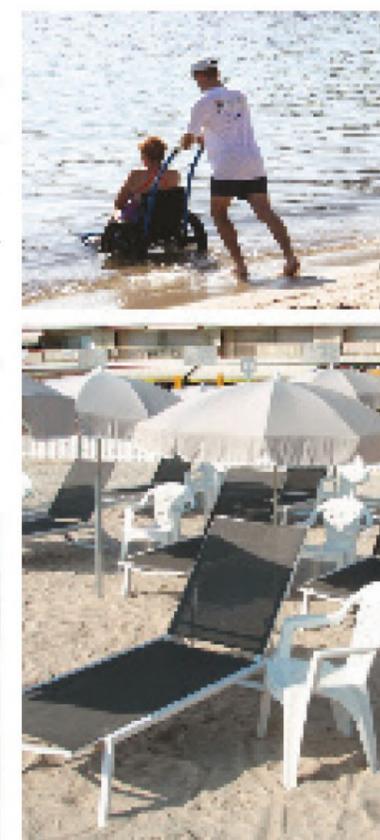


HANDIPLAGE

BASE NAUTIQUE SALIS • ANTIBES

BOULEVARD JAMES WYLLIE

Handiplage, un lieu d'accueil et de détente avec des équipements adaptés à tout type de handicap pour l'aide et l'accompagnement à la baignade par une équipe d'handiplagistes.



DE **8h30** À **18h15**

7
JOURS
SUR
7

OUVERTURE DU 07 JUIN AU 31 AOÛT 2024

Inscription préalable obligatoire avec le justificatif de la situation de handicap

du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
L'usage de la HANDIPLAGE est soumis au respect du règlement de fonctionnement.