**Mardi 17 Novembre 2026 - 9h30 à 17h**

**Maison Pour Tous J. Moulin**

23 rue Robert Collet - LE MANS

GRATUIT

# Forum Habitat Seniors

## J'adapte mon logement ou je choisis un autre lieu de vie ?

**Théâtre Forum avec la Cie Bulle de Peps**

**10h :** J'adapte mon logement

**14h :** Je choisis un autre lieu de vie

**Stands tout au long de la journée**

*(CCAS Le Mans, AGIRC-ARRCO, CICAT, Sarthe Autonomie, Maison de Gaston, Le Mans Habitat, Le Flore...)*

Informations et inscriptions à l'Espace Gambetta

2 place Gambetta - Tel: 02 43 88 65 45

CCAS Le Mans
CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

RETRAITE COMPLEMENTAIRE agirc-arrco

# SARTH'ÉCOUTE

## UNE LIGNE D'ÉCOUTE UNIQUE DÉPARTEMENTALE

### POUR LES AIDANTS D'UN PROCHE FRAGILISÉ PAR LA MALADIE, LE HANDICAP ET/OU LA PERTE D'AUTONOMIE.

**POUR LES AIDANTS**

Sarthe
Le Département

**VOUS AIDEZ**
**un proche ?**
**Et vous, qui vous soutient ?**




**APPELEZ SARTH'ECOUTE !**

La cellule d'écoute pour les aidants d'un proche fragilisé par la maladie, le handicap et/ou la perte d'autonomie

**02 52 84 84 84**

numéro gratuit et anonyme - ouvert 7/7j de 8h à 22h

**Soutien aux Aidants proposé par des Acteurs professionnels de l'écoute et de l'accueil des Aidants.**

**Développement d'actions de soutien et apport de solutions issues de dispositifs en place sur le territoire.**

**Orientation et Accompagnement vers des Acteurs spécialisés du Territoire.**



LA MAISON DE Gaston

www.lamaisondegaston.fr

La Maison de Gaston

Impasse Douce Amie – 72000 Le Mans – Tél : 02 43 18 81 05

LA MAISON DE Gaston

## VENEZ DÉCOUVRIR UN CONCEPT UNIQUE EN SARTHE :

## LA MAISON DE GASTON

Vous y trouverez **un lieu à visiter**, présentant une sélection d'aménagements et aides techniques dans un pavillon de 120 m² sur 2 niveaux. Dans **cet espace sans vocation commerciale** (Gaston ne vend rien), vous pourrez voir, essayer, tester les aides présentées.

Vous y serez accueillis dans un cadre convivial par une animatrice, qui vous conseillera et vous orientera au mieux en fonction de votre situation personnelle.

Et parce que bien vieillir chez soi ne se résume pas aux aides techniques, nous vous invitons aux **RDV de Gaston**, destinés à aider les personnes concernées et leur entourage à préserver au mieux leur santé, gérer et organiser le quotidien tout en gardant une place pour les loisirs et le lien social, indispensables pour garder le sourire.



## LES RDV DE GASTON

**Sur différentes thématiques du bien vieillir, La Maison de Gaston vous propose des ateliers tout au long de l'année.**

### GASTON PREND SOIN DE LUI

Une question sur votre alimentation, votre sommeil, votre stress, votre activité physique ? Des professionnels de santé certifiés vous proposent des ateliers pour apprendre à mieux gérer votre santé.

### GASTON GÈRE SES AFFAIRES

Sur des questions financières, juridiques et administratives, des professionnels vous aident et vous orientent pour faciliter vos démarches.

### GASTON AMÉNAGE SON LOGEMENT

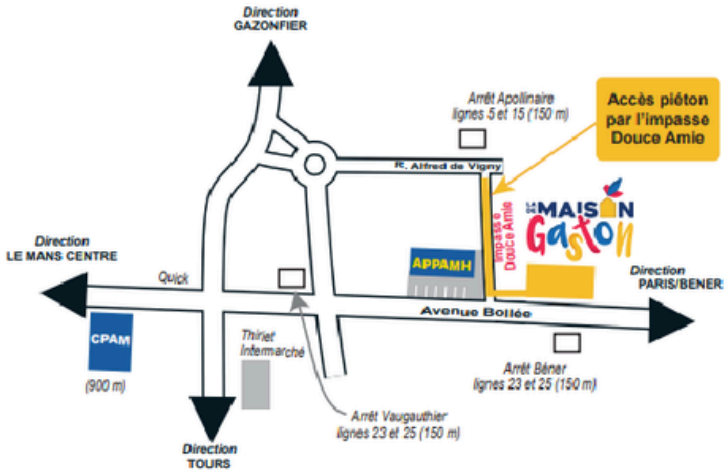
En complément des visites guidées et commentées du pavillon, des ateliers animés par des professionnels (ergothérapeutes, professionnels du logement ...) sur des aides techniques ou aménagements particuliers vous permettent de découvrir ce qui peut faciliter et sécuriser votre quotidien au domicile.

### GASTON SE DÉTEND

La Maison de Gaston, c'est aussi un lieu convivial. Activités diverses et jeux vous sont proposés pour des moments de détente et d'échanges.

### LE RDV DES AIDANTS

Des RDV dédiés à la relation aidant / aidé vous sont proposés pour que chacun vive au mieux cette situation familiale particulière.




## HORAIRES D'OUVERTURE

Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h

**Accueil des visiteurs (pour GPS) :**
433 Avenue Bollée – 72000 Le Mans
Parking commun avec l'APPAMH

**Adresse administrative (pour courriers) :**
57 rue Joachim du Bellay – 72000 Le Mans

Tél : **02 43 18 81 05 - contact@lamaisondegaston.org**
(ou rubrique contact du site internet)