

LA DE MAISON Gaston

www.lamaisondegaston.fr

La Maison de Gaston

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

LA DE MAISON 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

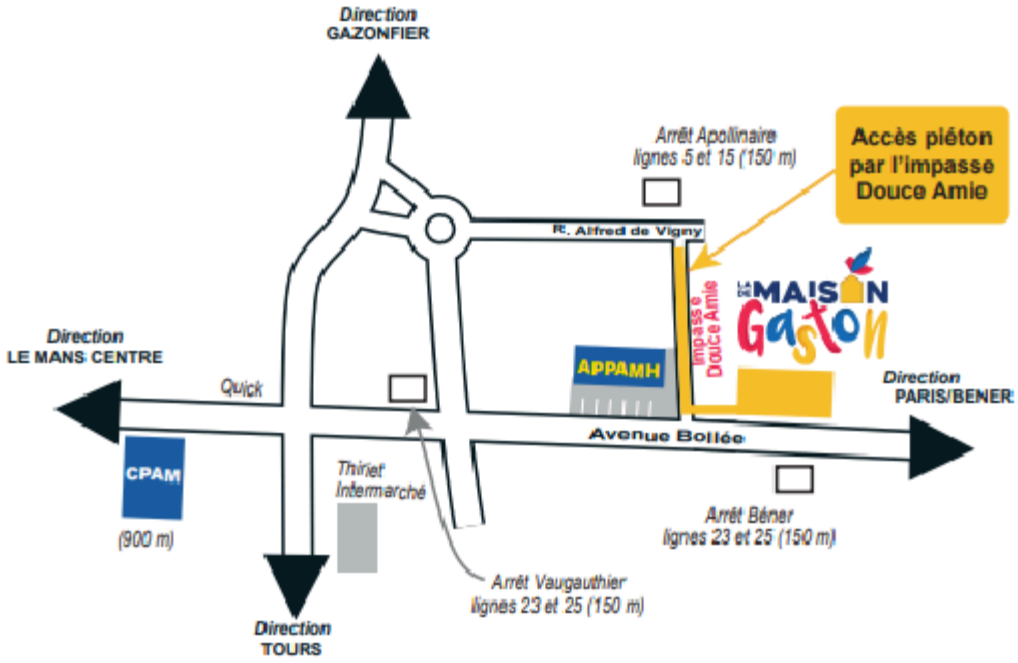
En complément des visites guidées et commentées du pavillon, des ateliers animés par des professionnels (ergothérapeutes, professionnels du logement ...) sur des aides techniques ou aménagements particuliers vous permettent de découvrir ce qui peut faciliter et sécuriser votre quotidien au domicile.

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)

LES 6 RECOMMANDATIONS DE GASTON POUR LA SÉCURITÉ ET LE CONFORT CHEZ SOI



57 rue Joachim du Bellay
72000 Le Mans
Tél : **02 43 18 81 05**

Site internet : **www.lamaisondegaston.fr**
Page Facebook : **LA MAISON DE GASTON**



ÉLIMINEZ LES OBSTACLES

Tapis, fils électriques, barres de seuil, pieds de meuble et attention au chat et au chien.



FACILITEZ LA CIRCULATION DANS LA MAISON

Désencombrez les passages, élargissez les portes, libérez des espaces de circulation et de rotation.



TROUVEZ LES BONNES HAUTEURS

Prenez en compte votre morphologie et vos capacités physiques pour les hauteurs de plans de travail, le mobilier (chaises, fauteuils, tables,...), les prises et interrupteurs, les rangements.



REVOYEZ VOS RANGEMENTS

Accessibilité des objets en fonction de leurs poids et de la fréquence d'utilisation.



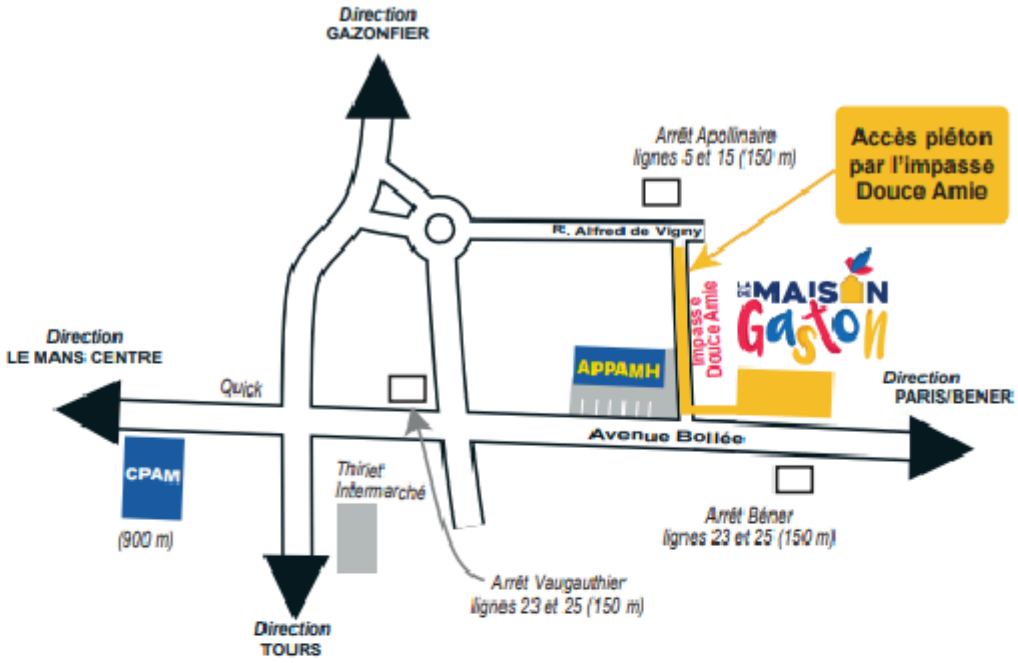
ÉVITEZ LES ZONES D'OMBRE

Bonne luminosité.
Couleurs contrastées.



PENSEZ AUX AIDES TECHNIQUES

Elles peuvent vous faciliter les gestes du quotidien et limiter le risque de chutes (canne, déambulateur, chaise de douche,...).



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)