

Association le Bon Temps



Créée en 2007, l'association « Le Bon Temps » propose, dans plusieurs communes du Gard et particulièrement à Sommières, des ateliers équilibre visant à prévenir les chutes et entretenir l'autonomie des personnes âgées. Ces ateliers se déroulent en 12 séances d'une heure et demie par trimestre, la première étant individuelle, de façon à évaluer les capacités et besoins de chacun. Ces ateliers d'activité physique adaptée sont dispensés par des professionnelles qualifiées et s'adressent aux séniors sans limite d'âge.

Parallèlement, une deuxième action est menée visant deux objectifs : rompre l'isolement des personnes âgées en proposant des activités hors domicile et favoriser les rencontres intergénérationnelles.

Si vous vous sentez isolé(e), prenez contact avec Le Bon Temps qui propose de vous accompagner pour retrouver une vie sociale, un mieux-être corporel et l'envie d'aller de l'avant.

Les partenariats financiers, notamment la commune de Sommières, le Conseil Général du Gard ainsi que la Fondation Dabiel & Nina Caresso permettent à l'association de faire bénéficier à ses adhérents d'une prise en charge partielle ou totale du coût des interventions.

Contacts :
06 52 04 83 88
c.gilabert@le-bon-temps.fr