

# LES NOUVELLES DE L'ADAR



JUILLET 2019 | NUMÉRO 12

## L'ADAR RESTE A VOS CÔTÉS TOUT L'ÉTÉ

Bientôt les  
congés d'été ?

L'occasion de  
rencontrer vos  
collègues,  
pourquoi pas !  
Profitez bien



Oui je prends des  
vacances.  
Mais pas  
d'inquiétude, vous  
serez entre de  
bonnes mains !

Pendant l'été, tous nos services restent à votre disposition.  
Alors n'hésitez pas : une sortie avec votre aide à domicile sur la plage, une balade en  
vélo adapté, des ateliers Bien Vieillir, du jardinage et petits bricolages avec notre  
homme toute main, ...

Contactez nous au **03.28.66.96.82**



# PENDANT L'ÉTÉ GARDEZ LES BONS RÉFLEXES !

**CANICULE, FORTES CHALEURS  
ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES**

**MOILLER SON CORPS ET SE VENTILER**

**MAINTENIR SA MAISON AU FRAIS : FERMER LES VOILETS LE JOUR**

**DONNER ET PRENDRE DES NOUVELLES DE SES PROCHES**

**BOIRE RÉGULIÈREMENT DE L'EAU**

**MANGER EN QUANTITÉ SUFFISANTE**

**NE PAS BOIRE D'ALCOOL**

**EN CAS D'URGENCE, APPELEZ LE 15**

**ÉVITER LES EFFORTS PHYSIQUES**

@MinSolSante

Ministère des Solidarités et de la Santé

## RETOUR SUR NOTRE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE



Le Lundi 17 Juin à 17h00 a eu lieu notre Assemblée Générale 2019.

Cette année encore, nous tenons à remercier tous les participants. Nous remercions l'IRTS de Grande-Synthe pour la mise à disposition de salles.

**Plus d'informations sur [www.adar-asso.fr](http://www.adar-asso.fr) ou au 03.28.66.96.82**