

**Association  
L'ÂGE D'OLMES  
BIEN VIEILLIR CHEZ SOI**

Je dispose de quelques heures par mois !

J'aime les contacts humains !

Ma voisine est trop âgée,  
je vais lui chercher son pain..

**DEVENEZ « BENEVOLE »  
EN REJOIGNANT  
« L'ÂGE D'OLMES »**

Notre association se propose d'organiser un réseau de solidarité et de proximité pour améliorer la vie de nos personnes âgées

Mes enfants sont loin,  
je ne vois jamais personne !

*Je suis seule toute la journée  
je ne peux plus marcher et  
me rendre au club !*

*Qui pourrait m'aider  
dans mes  
démarches  
administratives ?*

Qui va aller me chercher  
mes médicaments ?

Vous avez besoin d'une présence, d'aide, de contact,... ou vous vous sentez isolé,... et vous avez plus de 60 ans.

**DEVENEZ BENEFICIAIRE DE L' ASSOCIATION  
« L'ÂGE D'OLMES »**

Compléter le bulletin d'adhésion au dos et/ou n'hésiter à prendre contact avec l'association

**« L'ÂGE D'OLMES – BIEN VIEILLIR CHEZ SOI »**

Mairie de Lavelanet – CCAS  
7 avenue d'Alsace-Lorraine  
09300 LAVELANET

Tel : 05 61 05 82 50 ou 06 42 12 25 91

Email : [agedolmes@gmail.com](mailto:agedolmes@gmail.com)