

**Le CLIC de l'Avesnois-Relais Autonomie vous accueille**  
 du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00  
 au 5, rue de Jeanne de Lallaing - 59440 Avesnes-sur-Helpe

**Pour nous contacter :**



**03 27 57 54 33**



[clic.centre@clic-avesnois.fr](mailto:clic.centre@clic-avesnois.fr)



**CLIC Avesnois Relais Autonomie**



**Nous intervenons dans les communes suivantes :**

**Coeur de l'Avesnois**

Avesnelles  
 Avesnes-sur-Helpe  
 Bas-Lieu  
 Beauraipaire-sur-Sambre  
 Beaurieux  
 Bérelles  
 Beugnies  
 Boulogne-sur-Helpe  
 Cartignies  
 Choisisies  
 Clairfayts  
 Damousies  
 Dimechaux  
 Dimont  
 Dompierre-sur-Helpe  
 Dourlers  
 Eccles  
 Etroeuingt  
 Felleries  
 Flaumont-Waudrechies  
 Floursies  
 Floyon

**Sud Avesnois**

Anor  
 Baives  
 Eppe-Sauvage  
 Féron  
 Fourmies  
 Glageon  
 Moustier-en-Fagne  
 Ohain  
 Trélon  
 Wallers-en-Fagne  
 Wignehies  
 Willies

Grand-Fayt  
 Haut-Lieu  
 Hestrud  
 Larouillies  
 Lez-Fontaine  
 Liessies  
 Marbaix  
 Petit-Fayt  
 Prisches  
 Rainsars  
 Ramousies  
 Sains-Du-Nord  
 Saint-Aubin  
 Saint-Hilaire-sur-Helpe  
 Sars-Poteries  
 Sémeries  
 Semousies  
 Solre-le-Château  
 Solrinnes  
 Taisnières-en-Thiérache  
 Wattignies-la-Victoire

imprimé par [www.printoclock.com](http://www.printoclock.com)

**Les coordinatrices** peuvent vous rencontrer en rendez-vous au CLIC d'Avesnes-sur-Helpe, en visite à domicile et **en permanence** chaque **lundi** à la **Mairie de Fourmies** de 09H00 à 12h15 et chaque **mardi** à la **Mairie de Solre-le-Château** de 09H00 à 11h30



Le Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC), un centre de ressources gratuit et accessible pour personnes âgées et personnes en situation de handicap.



**CLIC de l'Avesnois-Relais Autonomie**  
 5, rue Jeanne de Lallaing - 59440 Avesnes-sur-Helpe  
**03 27 57 54 33**

# Le CLIC de l'Avesnois-Relais Autonomie, un centre de ressources gratuit et accessible pour personnes âgées et personnes en situation de handicap.

Des solutions pour rester autonome, continuer à vivre à domicile ou choisir un établissement qui vous ressemble...

**Le Clic de l'Avesnois Relais Autonomie** vous propose ses services à propos :

- des aides aux démarches administratives : dossier APA, dossier aide-ménagère, complémentaire santé solidaire, pension de réversion, aides financières (APA, aide au logement), mesure de protection des personnes vulnérables...

- des solutions adaptées pour l'accompagnement à domicile : aide à domicile, auxiliaire de vie, garde de nuit, portage de repas, aide aux courses, préparation de repas, aide à la toilette, téléalarme, aides techniques, aménagement du logement...

- des recherches des différents hébergements qui accueillent une personne senior : ehpad, résidence autonomie, foyer logement, marpa, colocation senior, accueil familial...

- des conseils et informations sur l'accès aux soins, la mobilité et les transports, les loisirs et la vie sociale, l'accompagnement des aidants,...

- du Relais Autonomie : un accueil de proximité pour vous aider à compléter vos dossiers de demande(s) à la MDPH ou vous renseigner sur les prestations et le suivi de vos dossiers, et une table numérique, véritable borne interactive, pour réaliser vos démarches en ligne.

Des actions de préventions pour les seniors afin de bien vieillir:

**Le Clic de l'Avesnois Relais Autonomie** vous propose un panel d'activités pour les plus de 60 ans sur le thème de la santé, la nutrition, le bien être, l'estime de soi, la prévention des chutes, la mobilité, le lien social,...

**Ateliers thématiques** (self défense, café deuil, j'apprends à nager après 60 ans, seniors au volant, ciné senior participatif, brain ball, ...), **conférence, spectacle débat, forum, séjour senior, sortie...** sont présents tout au long de l'année sur tout le territoire du **Clic de l'Avesnois Relais Autonomie**.



**Si j'ai 60 ans, retraité ou non, ou si je suis une personne en situation de handicap, le CLIC de l'Avesnois-Relais Autonomie, c'est fait pour moi !**