

# Les aventures de Suzette

## ou la chronique du CLIC

### Mois de Janvier

En ce début du mois de janvier, Suzette vient de voir sa petite-fille Chloé qui lui a adressé ses vœux pour la nouvelle année.

Chloé lui a alors demandé qu'elle était sa bonne résolution pour 2025 elle-même ayant pris celle de se remettre au sport. Chloé a d'ailleurs montré fièrement à Suzette sa nouvelle tenue de sport.

Suzette lui a dit qu'elle n'avait pas l'habitude de prendre de bonne résolution.

Chloé est alors partie dans un listing afin que Suzette puisse en choisir une :

- pratiquer une activité physique régulière ;
- passer plus de temps avec ses amis et sa famille ;
- se réserver des moments de détente ;
- avoir un rythme de sommeil plus régulier ;
- s'alimenter de façon équilibrée ;
- prendre soin de sa santé;
- passer moins de temps devant les écrans
- ...

Suzette a fini par lui dire que prendre soin de sa santé était le plus important.

Cela lui a d'ailleurs rappelé un courrier reçu il y a peu par sa caisse de sécurité sociale indiquant qu'elle avait droit à **un bilan prévention gratuit**. Mais impossible de remettre la main dessus afin de le programmer et réaliser sa bonne résolution.

Suzette prend donc son téléphone pour appeler le CLIC, tout d'abord pour leur souhaiter une bonne année et surtout pour leur demander s'ils avaient des informations sur **les bilans prévention**.

...rendez-vous pour la suite des aventures de Suzette dans le prochain numéro.

CLIC IGEAC (centre local d'information et de coordination)

- au pôle social (24 avenue Maudet 49300 CHOLET) : réception uniquement sur RDV  
ouvert du lundi au jeudi de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00,  
et le vendredi de 14h00 à 17h00.

- uniquement sur rendez-vous à Vihiers (2 Rue du Comte de Champagne)

- ou à domicile

Tél : 02.41.30.26.34

[clic.choletais@gmail.com](mailto:clic.choletais@gmail.com)

Site Internet : clic-igeac.org

