

FORUM

Vieillir ensemble
une chance
à cultiver !

DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES

VENDREDI

06

OCTOBRE
2023

10h-17h

ESPACE G. BRASSENS
L'ISLE D'ESPAGNAC

STANDS :
CULTURE / LOISIRS / SPORT / SANTÉ / LOGEMENT / AIDE À DOMICILE

ENTRÉE GRATUITE

FORUM ORGANISÉ PAR LA COMMUNE
EN PARTENARIAT AVEC LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL

RENSEIGNEMENTS AU 05 45 68 33 17

WWW.LISLEDESPAGNAC.FR

CHARENTE
LE DÉPARTEMENT

L'Isle
d'Espagnac
ESPACE VICTOR HUGO

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

PROGRAMME DE LA JOURNÉE VENDREDI 6 OCTOBRE 2023

- 10h00** Discours d'ouverture du Forum
par Michel ISSARD, Maire de l'Isle d'Espagnac
- 10h10** Discours de Marie PRAGOUT, Vice-Présidente du Département
déléguée aux personnes âgées et en situation de handicap
- 10h20** Présentation des actions du Département
- 10h30** Présentation de l'UDAF
- 10h40** Présentation des activités séniors de l'UNA et de la Maison de Léa,
suivies d'un atelier sur le sommeil
- 10h45** L'UNA : Atelier sur le sommeil
- 11h30** SOLIHA et le Conseil Départemental :
Présentation des habitats inclusifs pour personnes âgées suivie
d'une intervention sur les aides techniques à domicile en partenariat
avec Atlantique Médical et RESANTE Vous
- 12h00** UDAF Atelier sur l'équilibre alimentaire
- 13h30** Atelier code de la route
- 14h00** Présentation de chaque structure
- 14h30** ASEPT - Présentation de la structure suivie d'un mini atelier mémoire
- 15h30** Présence verte - Présentation de la structure
- 16h00** Gym pour tous 16 - Atelier dynamique et démonstration de
Qi Gong
- 17h00** Clôture par Bouchra RAFIK, Maire Ajointe à l'action sociale et la
solidarité

ET EN CONTINU TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :

- Atelier réflexe en lien avec la sécurité routière
- Atelier sur l'équilibre alimentaire
- Atelier mémoire
- Atelier expérience d'un simulateur de vieillissement

AINSI QUE DE NOMBREUX STANDS D'INFORMATION SUR
TOUTES LES AIDES À DESTINATION DES SÉNIORS