RÉUNION D'INFORMATION

LES SENIORS FACE AUX ARNAQUES

ORNAISONS
Salle polyvalente,
Avenue du Chemin neuf



JEUDI 26 NOVEMBRE 2026

De 14h00 à 16h00

Réunion animée par :
la gendarmerie nationale
En partenariat avec la commune d'ORNAISONS

ESPACE SENIORS
CORBIERES MINERVOIS
escorbieres@aude.fr

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE :
04 68 27 89 80

espace seniors
AUDE Le département

moisenior
bien vieillir dans l'Aude

Avec l'appui des Espaces Seniors du Département de l'Aude

espace seniors AUDE le département

Vieillir d'accord mais y'a pas le feu !

Par :
Dominique Bru et Fabrice Guérin
Compagnie théâtrale « la façon »

Journée en deux temps : le matin, un atelier-rencontre théâtral sur inscription.
L'après-midi : La pièce de théâtre « Vieillir, d'accord, mais y'a pas le feu ! ». Ouvert à tous sans inscription.

Le matin, l'atelier, ouvert à un petit groupe de participants, mettra l'accent sur le jeu théâtral avec des propositions ludiques souvent collectives. L'après-midi, la pièce de théâtre. Son sujet ? Vieillir, la belle affaire ! Une comédienne, un comédien. Une douzaine de sketches rythmés pour sourire, rire ou s'émouvoir des travers de l'avancée en âge.

LOISIRS ATELIER



DATE

5 Novembre 2026

10h-12h : Atelier
14h : Représentation

LIEU

Ribaute
Foyer des Campagnes
4, rue de la Gare

Ribaute

INFOS

Gratuit
Atelier sur inscription au :
06 77 68 49 10
Entrée libre pour le Spectacle
Renseignements :
06 77 68 49 10

Proposé par

la façon

AUDE le département · ars Agence Régionale de Santé · cnsa Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie · bien vieillir · agirc-arrco · Carsat · L'Assurance Maladie · Agence nationale de l'habitat · Mutualité Française

Autonomie des seniors | Conférence des financeurs | Aude

CPTS Du Grand Narbonne
Unis pour notre santé

espace seniors AUDE



VOUS AVEZ 60 ANS ET PLUS ?
FAITES LE POINT SUR VOTRE SANTÉ

GRATUIT

À L'AIDE DE TESTS SIMPLES ET LUDIQUES ET D'OUTILS NUMÉRIQUES, UN PROFESSIONNEL DE LA CPTS ÉVALUE, EN 20 MINUTES, 6 FONCTIONS ESSENTIELLES GRÂCE AU PROGRAMME ICOPE. RETROUVEZ-NOUS AUX ENDROITS SUIVANTS :

VILLENEUVE-DES-CORBIÈRES

Place de la mairie
(Cave Pilote)

17 NOVEMBRE 2026

Sur **rendez-vous**
De 9h30 - 15h30
Au **06.27.92.28.01**



SAINT ANDRÉ DE ROQUELONGUE

Parking de la mairie
(face au boulodrome)

23 NOVEMBRE 2026

Sur **rendez-vous**
De 9h30 - 15h30
Au **06.95.24.12.17**

CANET D'AUDE

Parking du boulodrome
route de Raïssac

27 NOVEMBRE 2026

Sur **rendez-vous** de 9h30 - 15h30
au **06.14.78.76.78**

Vision · Audition · Cognition · Nutrition · Mobilité · Psychologie

icope monitor

JOURNÉE PRÉVENTION SANTÉ DES +60 ANS

MERCREDI 18 NOV 2026

09H30-13H ET 14H-17H

SALLE PELLOUTIER À LÉZIGNAN-CORBIÈRES



Dépistage diabète avec une infirmière

Examen audition avec une audioprothésiste

Examen vision avec un opticien

Stand nutrition avec une diététicienne

Stand mobilité avec une enseignante en activité physique adaptée

Stand mémoire & humeur avec une infirmière

Point info avec l'Espace Seniors et l'action sociale AGIRC ARRCO

Ne pas jeter sur la voie publique

CPTS Alaric · ma VIE · espace seniors AUDE · retraite complémentaire agirc-arrco · icope monitor · Région Lézignanaise Corbières Minervois · Lézignan-Corbières



CAFE SANTE

STRESS ET FATIGUE : ON DEBRANCHE TOUT

Temps d'échange mensuel animé par une infirmière du Centre d'Examens de Santé de l'Aude.



DATE

MERCREDI

9

Décembre 2026

14h00 à 16h00

LIEU

LEZIGNAN CORBIERES
Espace Seniors
2 Chemin de Cantarane

INFOS

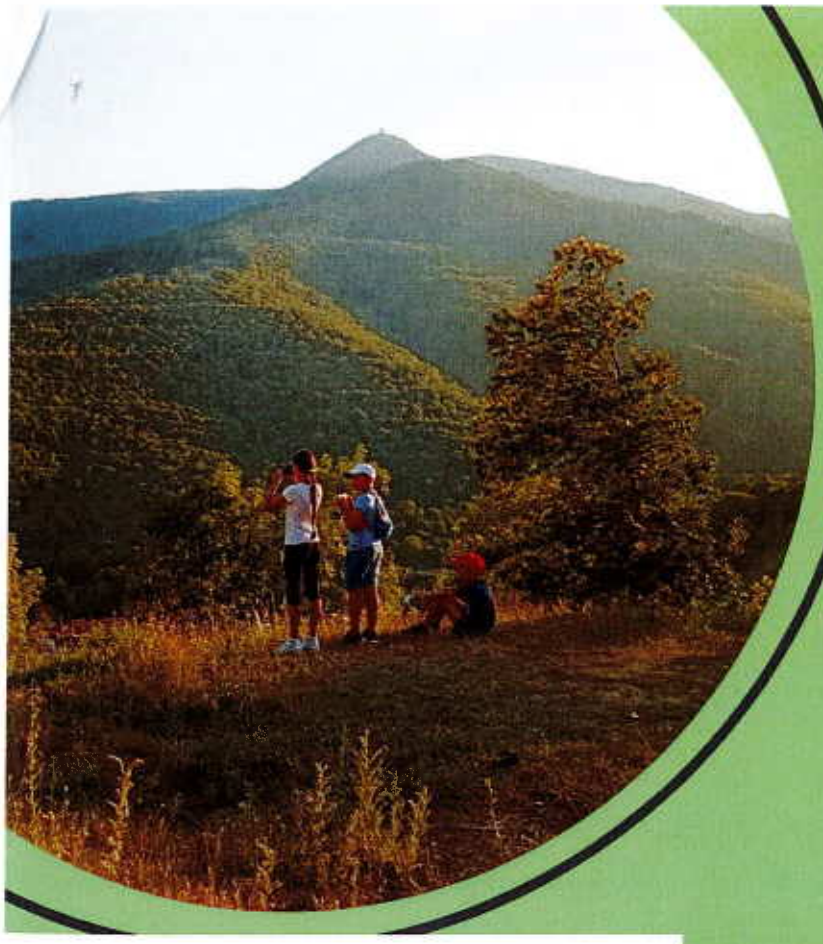
Gratuit sur inscription à

l'Espace Séniors au :
04.68.27.89.80 ou
escorbieres@aude.fr

l'Assurance Maladie
Agir ensemble, protéger chacun

Centre d'examens de santé
CPAM des Pyrénées-Orientales
Antennes Aude, Hérault, Pyrénées-Orientales

espace seniors
AUDE
LE DÉPARTEMENT



Sortie nature Lézignan

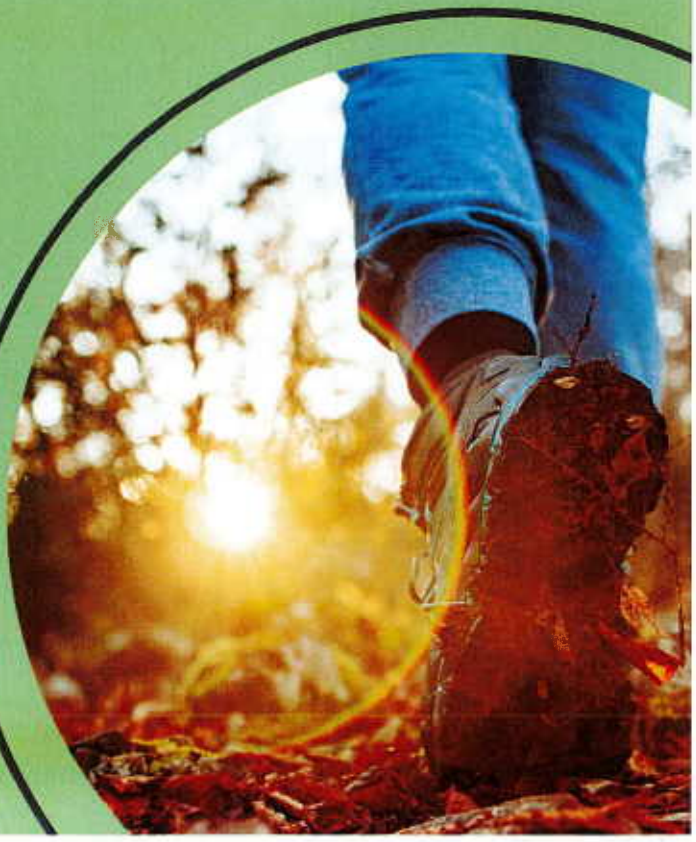
à la pinède,
au départ du
parcours Vita

GRATUIT

Informations au 06.63.79.97.78

Vendredi 9 octobre
Lundi 9 novembre
Vendredi 11 décembre

de 9h30 à 11h30



les petits débrouillards Occitanie Aude
A.M.I.
Unis Cité
AGENCE NATIONALE DE LA COHÉSION DES TERRITOIRES
AUDE Le département
Lézignan Corbières
ALLOCATIONS FAMILIALES
Habitat Audois

ETRE ACTEUR DE SA SANTE AVEC ICOPE



En partenariat avec L'Espace Seniors Corbières Minervois, la CPTS Alaric organise une journée d'évaluation ICOPE.

Le programme ICOPE a pour cible **les personnes autonomes de 60 ans et plus.**

A partir de tests simples et ludiques une évaluation des 6 fonctions essentielles : **LOCOMOTION, ÉTAT NUTRITIONNEL, SANTÉ MENTALE, COGNITION, AUDITION ET VISION** est réalisée par un professionnel de santé avec l'appui d'outils numériques.
Le rendez-vous ne vous prendra pas plus de 20 mn.

N'hésitez pas **ICOPEZ-VOUS** !!

PROCHAINE DATE EN NOVEMBRE

MARDI

10 NOVEMBRE

2026

DE 8H30 A 12H00

LIEU D'EXAMEN

ESPACE SENIORSCORBIERES MINERVOIS, 2 Chemin de Cantarane
LEZIGNAN-CORBIERES

C'est gratuit mais sur rendez-vous au 04 68 27 89 80