cœur côte fleurie
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

JOURNÉE du bien vieillir à domicile

CONSEILS, ATELIERS ET SOLUTIONS
POUR RESTER AUTONOME ET EN FORME CHEZ SOI !

MARDI 24 NOVEMBRE

de 9h30 à 18h



AU PÔLE SOCIAL - 18 RUE DE VERDUN - DEAUVILLE

Programme complet sur www.coeurcotefleurie.org

Contrat Local de Santé - Affiche Journée du bien vieillir à domicile - octobre 2026
Ne pas jeter sur la voie publique - Création graphique : service communication CCCF

coeurcotefleurie.org

Bénerville-sur-Mer | Blonville-sur-Mer | Deauville | Saint-Arnoult
Saint-Gatien-des-Bois | Saint-Pierre-Azif | Touques | Tourgéville
Trouville-sur-Mer | Vauville | Villers-sur-Mer | Villerville

PROGRAMME *de la journée*

MATINÉE

9h30 : **Accueil café & viennoiseries**

10h00 : **Atelier diététique : prévention de la dénutrition, quiz et dégustation, par le Centre Hospitalier de la Côte Fleurie**
Toutes les heures

10h00 : **Atelier mémoire, par le CCAS de Trouville-sur-Mer**
Tout au long de la journée

10h30 : **Théâtre Forum «Encore bien acteurs», par la Compagnie Envers de l'Art et l'ASEPT**
Le bien vieillir, en mode participatif et convivial

12h30 : **Pique-nique seniors/professionnels, inscription via le CCAS de votre commune** (chacun apporte son repas)

APRÈS-MIDI

14h00 : **Tests de l'audition et de la vue, par Écouter Voir**
Échanges sur les troubles cognitifs, les aides techniques et les services du territoire, par Le Temps Retrouvé et le CLIC

14h00 : **Atelier Mission Anti-Chute, par SOLIHA**
Réalité virtuelle, quiz et conseils pratiques
De 14h00 à 16h00, sur inscription au 02.31.88.54.49

15h00 : **«Bien vieillir, que peut apporter l'hypnose ?» Par le Dr Véronique Bouté**

15h00 : **Gym douce, par Deauville Sportive**

16h00 : **Présentation de l'association LIEN et échanges**

16h00 : **Adapter son logement : travaux, financement et accompagnement, par SOLIHA**
En accès libre de 16h00 à 18h00

Animations, informations et rencontres avec des professionnels tout au long de la journée.
Retrouvez le détails des activités sur www.coeurcotefleurie.org