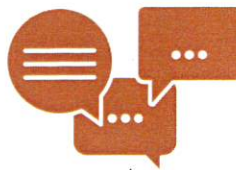


PROGRAMME



8h45 ~ Accueil. **Accès libre aux stands.**

9h30 ~ Allocution d'ouverture de la journée.

09h45 ~ Plénière d'ouverture : "Vivre, vibrer, bien vieillir : la révolution commence aujourd'hui !"

Le vieillissement peut être une période d'élan, de projets et d'engagement ! La présence de fragilités ne signifie pas renoncer : il existe des moyens de prévenir, s'adapter et compenser. Et si on continuait à oser ?

Intervenant(e)s : Médecin gériatre DAC 79, psychologue MSA Services, seniors partageant des expériences inspirantes

Animation par David PAITRAUD, pharmacien et journaliste santé

11h30 ~ **Accès aux ateliers ou stands (selon roulement des groupes - Cf ci-dessous)**

12h00 ~ Repas partagé

13h00 ~ **Accès aux ateliers ou stands (selon roulement des groupes - Cf ci-dessous)**

15h45 ~ Plénière de clôture : " Bien vieillir : et maintenant, on fait quoi ?"

Chacun peut agir dès maintenant sur sa qualité de vie et son bien-être. Transformons cette réflexion en engagement personnel, et collectif !

Intervenant(e)s : Animateur fil rouge Appui&Vous Sud 79, intervenants des ateliers

16h30 ~ **Accès libre aux stands et remise des questionnaires.**

17h00 ~ Clôture de la journée.

Ateliers accessibles à tous via un roulement de plusieurs groupes sur les plages horaires dédiées (tout le monde pourra participer à l'ensemble des ateliers !):

- Atelier 1 : Bouge ton âge ! (animé par Siel Bleu)
- Atelier 2 : Eveillez vos papilles, boostez votre santé ! (animé par Chanvre Nouvelle-Aquitaine)
- Atelier 3 : Astuces pour rester bien chez soi ! (animé par le Conseil Départemental 79)
- Atelier 4 (thématique choisie - Cf ci-dessous)

Atelier n°4 avec thématique au choix (à valider lors de votre inscription par téléphone), entre :

- Choix a : Le moral, ça se cultive ! (animé par le Service Entour'Âge - CCAS de Celles sur Belle)
- Choix b : Être utile, être soi, être ensemble ! (animé par France Bénévolat)
- Choix c : Audition et vision : ressentir pour mieux comprendre (animé par ReSanté-Vous)

ZOOM SUR
LES ATELIERS

STANDS



Stands d'information présents :

- Addictions France
- ADIL des Deux-Sèvres
- ADMR des Deux-Sèvres
- AGIRC-ARRCO
- Appui&Vous Sud Deux-Sèvres / ICOPE
- Assurance Maladie des Deux-Sèvres
- Centre socioculturel du Mellois en Poitou
- Chanvre Nouvelle-Aquitaine
- CIAS du Mellois en Poitou
- CIF-SP
- Comité Départemental de sport vitalité par l'Education Physique et de Gymnastique Volontaire des Deux-Sèvres
- Conseil Départemental des Deux-Sèvres
- Diapasom - OVE
- Dispositif PEP'S
- Ensemble 2 Générations
- France Bénévolat
- France Services
- Groupement Hospitalier et Médico-social du Haut Val de Sèvre et Mellois en Poitou
- Mélioris Maison Sport Santé
- MSA Services
- Plateforme de répit pour les aidants Sud 79
- PTSM 79
- Que choisir ensemble 79
- ReSanté-Vous
- RéTS
- Service Entour'âge (CCAS et EHPAD de Celles-sur-Belle)
- Siel Bleu
- Soliha
- UDAF 79
- UNAFAM
- Unis Cité