

SALON BIEN VIVRE ET BIEN VIEILLIR CHEZ SOI

Seniors, et alors ?

VENDREDI 12 AVRIL 2024
DE 10H À 17H - LE LION D'ANGERS
SALLE ÉMILE JOULAIN

ENTRÉE LIBRE
RESTAURATION
SUR PLACE



Animations
Espace informations
Mini-conférences

Informations : Vincent Bossé 07 57 41 62 09

PROGRAMME

Mini-conférences

Espace informations

Ateliers - Animations

10h : Inauguration du Salon par Mme FOUCHEREAU, vice-présidente CIAS

10h30 - 11h30 :

Mini-conférence « Prévention des démarchages abusifs » par la **Maison de Protection des Familles** et « Lutte contre la maltraitance des Aînés » par l'**association ALMA**

11h30 - 12h15 :

Mini-conférence « L'alimentation des Aînés » par **Claire Béduneau, diététicienne**

En continu de
10h à 17h

10h30 - 11h15 :

Activité Physique Adaptée par **Profession Sports et Loisirs**

11h15 - 12h :

Activité Relaxation – Détente par **Florence Leboucher**

Restauration sur place

13h30-14h :

Mini-conférence « prévention des chutes » par **Présence Verte**

14h-14h30

Présentation Agirc-Arrco : action sociale et centre de prévention

14h30-15h30

Animation sécurité routière par **Prévention Routière 49**
Présentation de l'offre de mobilité par **Wimoov**

15h45-16h45

Conférence sur le vieillissement par **Docteur Pierre-Pascal BIGOT**

En continu de
10h à 17h

13h45-14h30 :

Atelier bien-être par **Léonie Regnault**

14h30-15h30 :

Atelier mémoire par
« **Un Jour Part'agé** »

16h45 : Clôture du Salon par Mme FOUCHEREAU