



FORUM SENIORS ET AIDANTS 2020

Vendredi 24 janvier
9h30 - 17h30
Espace Jean-Marie Poirier

Stands
conférences
ateliers



Entrée libre

+ de 50 stands

répartis sur 5 univers

 **LOISIRS & ACTIVITÉS**

 **SANTÉ & PRÉVENTION**

 **SERVICES MUNICIPAUX**

 **DROITS & DÉMARCHES**

 **BIEN VIVRE CHEZ SOI**



Restauration possible sur place avec la Toque d'Argan

Temps Forts

Conférences *Salle de cinéma*

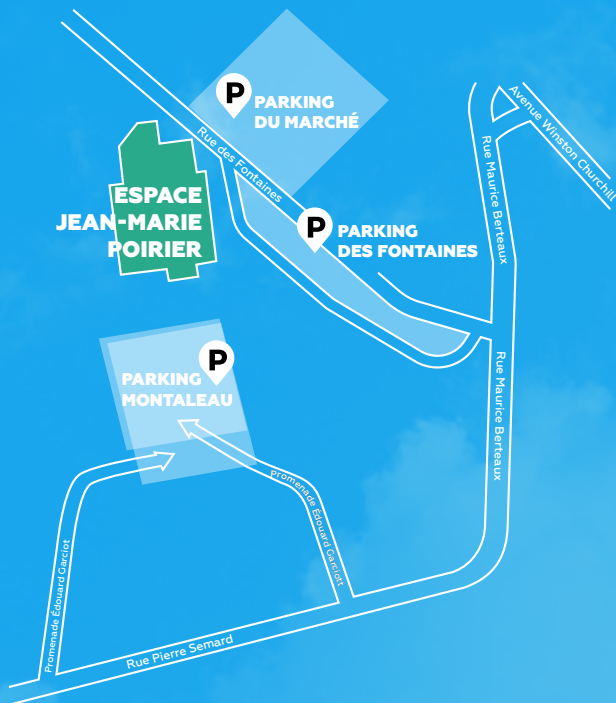
- 10h** — « **Gare aux arnaques : soyons informés et vigilants** »
— 11h30
UFC Que choisir
Cédric MUSSO - Directeur de l'Action politique
- 14h30** — Conférence santé : « **Réunir plaisir et santé grâce à l'alimentation et la cuisine** »
— 16h
Silver Fourchette
Charles-Antoine WINTER - Diététicien Nutritionniste

Visioconférence *Salle de cinéma*

- 13h** — **Les seniors sous la couette** - Happy Visio
— 14h

Ateliers de 45 minutes *Salle de réunion à l'étage*

- 10h** — **Préparer et organiser l'entrée en Établissement d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes**
Espace Autonomie
- 11h** — **Les personnes dépendantes et leurs proches : quels soutiens financiers ?**
UDAF
- 12h** — **Atelier bien-être : Tai chi - Qi gong**
Rayon de Soleil
- 13h** — **Les seniors en vacances**
ANCV
- 14h** — **Découverte de la danse orientale**
Destination Danses
- 15h** — **Apprivoiser le stress**
Club des entrepreneurs
- 16h** — **Découverte des ateliers Activités Physiques Adaptées**
SPASAD



ESPACE JEAN-MARIE POIRIER

1 Esplanade du 18 Juin 1940

Accès

Transports : RER A > bus 1 / 4 / 5

Voitures : parking du Marché
parking des Fontaines
Parking Montaleau



Service Minibus dans la ville gratuit sur réservation

PLUS D'INFOS

MAISON DES SENIORS

1 Rue des Fontaines - 01 49 82 08 50