

IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR ÊTRE JEUNE !

FORUM BIEN VIEILLIR POUR LES SENIORS

JEUDI 20 MARS 2025 • 10H À 17H

SALLE POLYVALENTE DE ROËZÉ-SUR-SARTHE



ENTRÉE
LIBRE ET
GRATUITE

INSCRIVEZ-VOUS AUX
ATELIERS INTERACTIFS !

02 43 83 51 12

projetsante@cc-valdesarthe.fr



IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR ÊTRE JEUNE !

FORUM BIEN VIEILLIR POUR LES SENIORS

JEUDI 20 MARS 2025 • 10H À 17H

SALLE POLYVALENTE DE ROËZÉ-SUR-SARTHE

Dans le cadre d'un large partenariat *, la Communauté de communes du Val de Sarthe vous invite à participer au forum bien vieillir pour les seniors **"Il n'y a pas d'âge pour être jeune !"**.

Une journée conviviale pour s'informer et échanger avec les professionnels au service des seniors, avec des ateliers interactifs et des stands d'information sur l'accès aux droits, la retraite, l'aide et le soutien à domicile, l'alimentation et l'activité physique, l'hébergement, l'habitat et l'adaptation du logement, le répit des aidants, les déplacements, les divertissements...

PROGRAMME DES ATELIERS THÉMATIQUES

- Socio-esthétique de 10h à 11h30
- Révision du code de la route de 14h à 16h
- Atelier cuisine avec des compléments nutritionnels de 16h30 à 17h30
- Lectures de kamishibai de 10h à 11h et de 11h à 12h

Ateliers gratuits sur inscription :

02 43 83 51 12 ou projetsante@cc-valdesarthe.fr

* Générations Mouvement, Retraite Sportive, Familles Rurales, France Bénévolat, Familles de la Sarthe, Réso'AP, Sarthe autonomie, Maison France Services, AGIRC-ARRCO, CARSAT, EHPAD de Roëzé-sur-Sarthe, Résidence autonomie de la Suze-sur-Sarthe, Entr'aidants, Axeo Service, APEF, ADMR, SSIAD Sosan, Dometvie Sarthe sud, SOLIHA, CICAT, France Alzheimer, MSAIO, Cuisine et local, Les menus services, Présence verte, L'atelier 105, Du pain sur la planche, médiathèque de Cérans-Foulletourte, Association Prévention Routière.

En parallèle de ce forum, la MSAIO organise un théâtre forum "Seniors, parlons de vous !" le **11 mars 2025** à 14h à l'auditorium de L'uniSson à la Suze-sur-Sarthe.

Entrée gratuite.