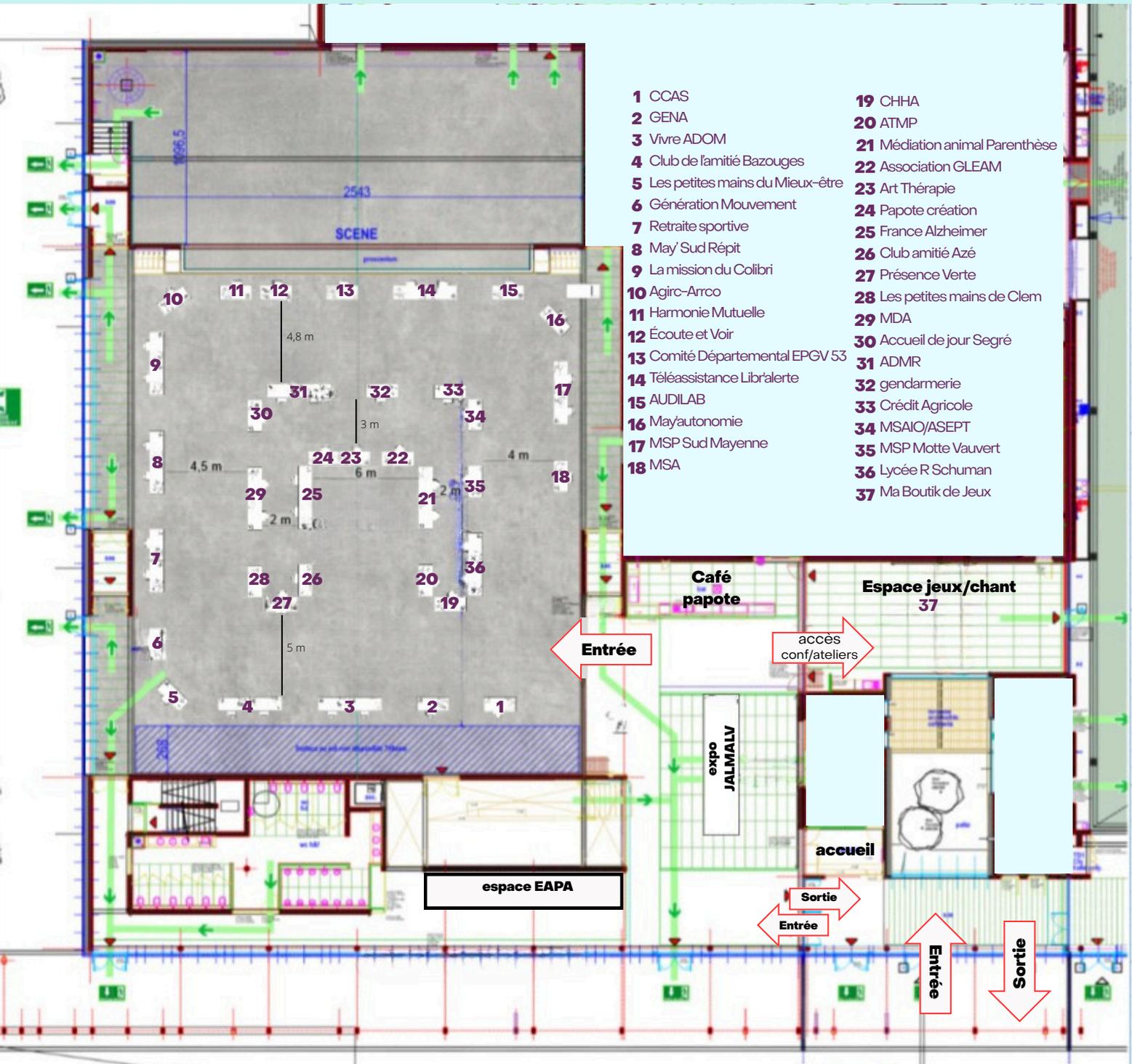


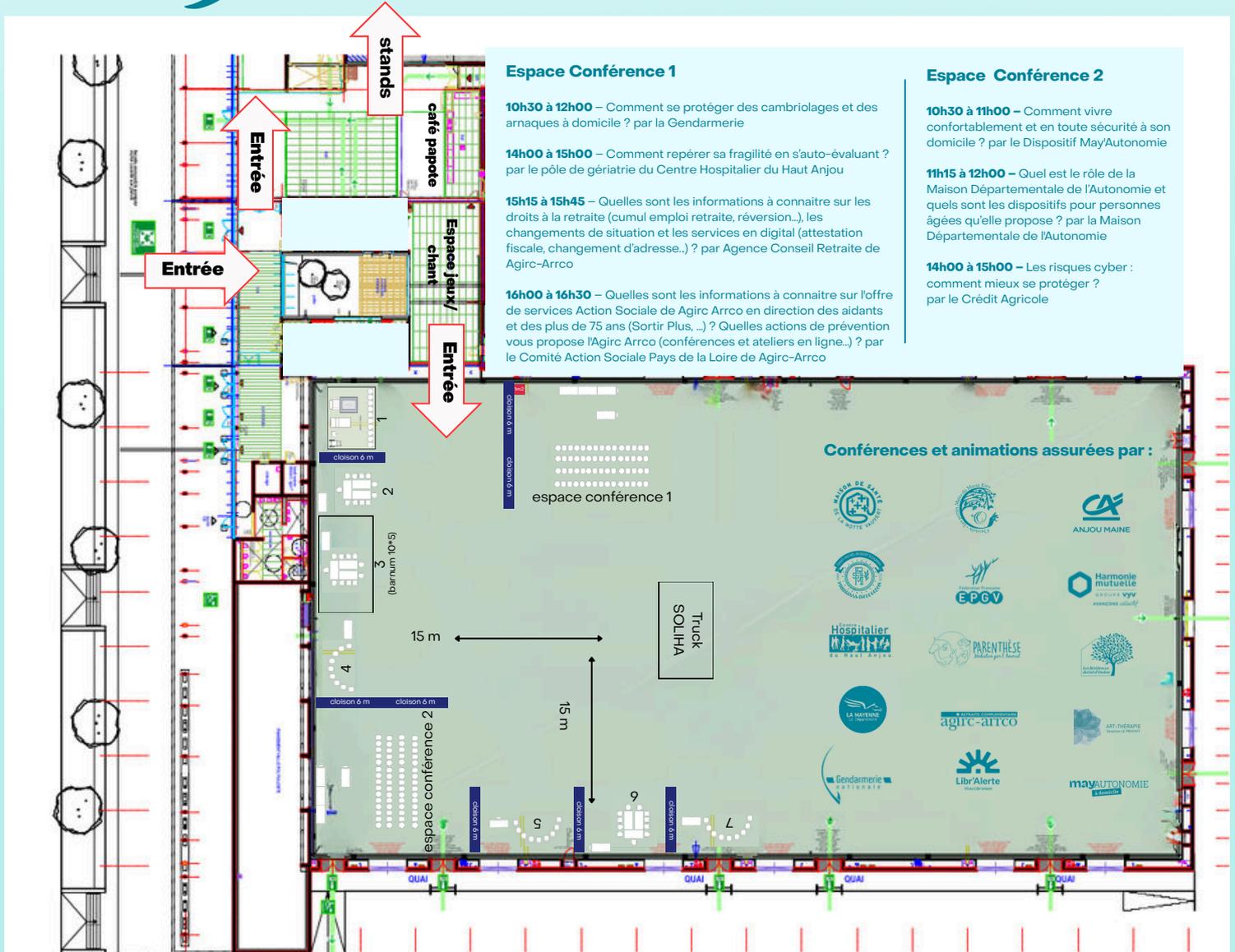
Salon Bien Vieillir Chez soi



- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| 1 CCAS | 19 CHHA |
| 2 GENA | 20 ATMP |
| 3 Vivre ADOM | 21 Médiation animal Parenthèse |
| 4 Club de l'amitié Bazouges | 22 Association GLEAM |
| 5 Les petites mains du Mieux-être | 23 Art Thérapie |
| 6 Génération Mouvement | 24 Papote création |
| 7 Retraite sportive | 25 France Alzheimer |
| 8 May' Sud Répît | 26 Club amitié Azé |
| 9 La mission du Colibri | 27 Présence Verte |
| 10 Agirc-Arrco | 28 Les petites mains de Clem |
| 11 Harmonie Mutuelle | 29 MDA |
| 12 Écoute et Voir | 30 Accueil de jour Segré |
| 13 Comité Départemental EPGV 53 | 31 ADMR |
| 14 Téléassistance Libralerte | 32 gendarmerie |
| 15 AUDILAB | 33 Crédit Agricole |
| 16 May'autonomie | 34 MSAIQ/ASEPT |
| 17 MSP Sud Mayenne | 35 MSP Motte Vaurey |
| 18 MSA | 36 Lycée R Schuman |
| | 37 Ma Boutik de Jeux |



Salon Bien Vieillir Chez soi



Espace Conférence 1

10h30 à 12h00 – Comment se protéger des cambriolages et des arnaques à domicile ? par la Gendarmerie

14h00 à 15h00 – Comment repérer sa fragilité en s'auto-évaluant ? par le pôle de gériatrie du Centre Hospitalier du Haut Anjou

15h15 à 15h45 – Quelles sont les informations à connaître sur les droits à la retraite (cumul emploi retraite, réversion...), les changements de situation et les services en digital (attestation fiscale, changement d'adresse...) ? par Agence Conseil Retraite de Agirc-Arrco

16h00 à 16h30 – Quelles sont les informations à connaître sur l'offre de services Action Sociale de Agirc Arrco en direction des aidants et des plus de 75 ans (Sortir Plus...) ? Quelles actions de prévention vous propose l'Agirc Arrco (conférences et ateliers en ligne...) ? par le Comité Action Sociale Pays de la Loire de Agirc-Arrco

Espace Conférence 2

10h30 à 11h00 – Comment vivre confortablement et en toute sécurité à son domicile ? par le Dispositif MayAutonomie

11h15 à 12h00 – Quel est le rôle de la Maison Départementale de l'Autonomie et quels sont les dispositifs pour personnes âgées qu'elle propose ? par la Maison Départementale de l'Autonomie

14h00 à 15h00 – Les risques cyber : comment mieux se protéger ? par le Crédit Agricole

Conférences et animations assurées par :



Espace d'animation 1

Tout au long de la journée (durée 45 min)
Les erreurs fréquentes dans une chambre et la sécurité à domicile par le SSIAD et l'EMSA du CHHA

Espace d'animation 2

10h30 à 11h30 / 15h00 à 16h00 – Atelier Cuisine diététique par la Maison de Santé de la Motte Vauvert

Espace d'animation 3

10h30 à 11h00 / 11h00 à 11h30 / 11h30 à 12h00 / 12h00 à 12h30 – Participez à une activité type proposée par un accueil de jour gériatrique par l'EHPAD des Cèdres Bleus (RVO à Segré)
14h00 à 15h00 – Atelier d'Art thérapie (limité à 10 participants)

Espace d'animation 4

10h30 à 11h00 / 15h00 à 15h30 – Découverte de massages et automassages (limité à 9 participants) par Les petites mains du mieux-être

Espace d'animation 5

11h30 à 12h00 / 15h00 à 15h30 / 16h00 à 16h30 – Prévention et notions sur les gestes de Premiers secours par les élèves de Terminale SAPAT du Lycée Robert Schuman de Château-Gontier

Espace d'animation 6

10h30 à 11h00 – Bien être auditif et visuel, Yoga des yeux et relaxation auditive par Harmonie Mutuelle et Écouter et Voir
11h30 à 12h00 – Prévention des chutes par la téléassistance Lib'Alerte
14h30 à 15h00 – Bien être auditif et visuel, Yoga des yeux et relaxation auditive par Harmonie Mutuelle et Écouter et Voir
15h30 à 16h00 – Prévention des chutes par la téléassistance Lib'Alerte

Espace d'animation 7

10h30 à 11h00 – Point de départ de la Marche et santé par l'EPGV
10h30 à 10h50 / 11h00 à 11h20 – Médiation par l'animal par Parenthèse

Truck SOLIHA

Tout au long de la journée
véhicule aménagé avec du mobilier et des aides techniques... qui vous simplifieront la vie au quotidien
Tombola gratuite

Exercices d'activité Physique Adaptée

Tout au long de la journée
par les Enseignants en Activité Physique Adaptée du Centre Hospitalier du Haut Anjou

