

JOURNÉE DU bien vieillir #2

JEUDI 9 OCTOBRE
À Jaunay-Marigny
L'Agora | 10h-17h
Entrée gratuite

+ DE 40 STANDS PARTENAIRES
ATELIERS, INITIATIONS, DÉMONSTRATIONS...
Plus d'informations au 05 49 00 51 86
jaunay-marigny.fr



ACCUEIL DU CCAS

- Atelier numéros utiles et d'urgence.
- Inscription repas/ colis et remise des cartons d'invitation.
- Mise à disposition des gazettes.
- Premiers gestes de secours.
- Présentation du registre sanitaire.

DANS MON LOGEMENT

- HANDIPHARM : matériel médical adapté
- DOMILIA : aide à la personne
- ADMR : Aide à la personne
- LES COCOTTES D'AUGUSTINE : repas à domicile
- LES MENUS SERVICES : repas à domicile
- PRESENCE VERTE SERVICES : portage de repas, téléassistance
- AMESTIA CONSEILS (conseil en sécurité du domicile/ Sans vente)
- BRIGADE DE GENDARMERIE : prévention cyber sécurité et protéger son logement (intervention du commandant de la Brigade)

PRENDRE SOIN DE MA SANTÉ

- LES OPTICIENS MOBILES : optique à domicile
- AUDIOPROXI : proposition de bilans rapides et présentation des montures et divers services
- MUTUALIA : mutuelle communale
- MSA SERVICES
- AXA : mutuelle communale
- LA PASSERAILE : Atelier d'éducation thérapeutique du patient
- La MINUTE PEP'S : Kiné, bien se mouvoir et posture anti chute
- Les INSATIABLES : Sensibilisation à une alimentation adaptée à l'âge

France SERVICES : ac
Initiation à l'utilisation des
Impôts.Gouv.fr | AME

Plusieurs créneaux dans la journée
Inscription sur stand 1h

CULTURE ET LOISIRS

- GELNACUM : généalogie et histoire locale
- CREATIV'ID : loisirs créatifs.
- ESPACE MILLESIME :
- SEB'EVASION : voyageur
- CLUB DE L'ÂGE D'OR : jeux, thés dansants, sorties de groupe...
- HABITAT SILVER GEEK : accès internet et réseaux, jeux en ligne
- ANIM&CO : animation à domicile
- Dominique DUCASSE : photographie

BIEN ÊTRE

- AJM SPORT ET SANTE : gymnastique
- ATELIERS CORD'AGES : ateliers pour les aidants
- YOGA AU BONHEUR DE SOI
- CENTRE DE PRATIQUES PSYCHO CORPORELLES : thérapie manuelle, orthothérapeute, naturopathe
- LES P'TITS MOMENTDE FLO : atelier mémoire
- MASSAGE BIEN ETRE
- L'ASTRE DE VIE : huiles essentielles et se soigner autrement

MES DROITS

- EHPAD Gérard Girault : résidence d'accueil municipale
- DAC : Dispositif d'Appui et de coordination (Réseau gérontologique)
- Vienne Autonomie Conseils et France SERVICE
- UNIVERS VIAGER
- TRANSPORT SOLIDAIRE
- LA POSTE
- FAE : artisans locaux
- OXALYS : conciergerie, blanchisserie

ES : accès au service public.

ion des plateformes numériques :

ir | AMELI | Service-public.fr

ournée : 11h00 - 14h45 - 15h45 - 16h45

and 1h avant le créneau choisi

 ATELIERS AVEC INSCRIPTIONS SUR PLACE

→PEP'S : Bien dans son corps à tout âge.

Prévention de l'arthrose, posture en cas de chute

- 10h30 : Comment rester acteur de sa santé
- 11h30 : Prévenir pour mieux vieillir (comment éviter les chutes et renforcer les jambes)
- 14h00 : Stop aux raideurs du cou
- 15h00 : Gardons nos lombaires jeunes
- 16h00 : Idées préconçues sur le corps et la vieillesse > vrai / faux

→GENDARMERIE : Intervention du Capitaine Chaki, Commandant de la Brigade de Gendarmerie de Jaunay-Marigny.

- 11h00 & 15h : Sécuriser et protéger son logement des intrusions, naviguer et acheter en toute sécurité sur internet.



CCAS de Jaunay-Marigny
05 49 00 51 86
www.jaunay-marigny.fr