

FORUM - Bien Vieillir chez soi !

Animé par M. Bob CELY

JEUDI 26 SEPTEMBRE 2013 de 10h à 17h30

*Salle des Fêtes Francis Poulenc - Salle Molière et Théâtre Beaumarchais
Avenue des Martyrs de la résistance à AMBOISE*

Conférences :

« Le grand âge, étape naturelle de la vie »
« Prévention des arnaques »

Ateliers :

Bien bouger... Bien manger... Bien être...

Stands d'information :

Services et aides pour se maintenir à domicile / Protection de la personne /
Adaptation de l'habitat

*...ponctués de démonstrations,
de pauses musicales
(chants et chorale en clôture)*

**OUVERT A TOUS
ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE**

**Renseignements : 02.47.57.19.10
ou 02.47.57.77.46**

*Journée organisée
par la Coordination Autonomie
du canton d'Amboise*



SSIAD



ASSAD
Amboise rives de la Loire et du Cher



Programme

Journée animée par Monsieur Bob CELY

Théâtre Beaumarchais - conférences

14 h 15 - 15 h 00

Le grand âge « une étape naturelle de la vie »
*avec le Docteur Chene, médecin au Conseil général,
présence d'un médecin de l'IRSA (sous réserve)*

15 h 15 - 16 h 15

Prévention des arnaques avec la gendarmerie d'Amboise

Salle Molière - ateliers

10 h 00 à 11 h 30

« Trucs et astuces pour bien manger quand on a peu d'appétit et à moindre coût »
*Animation : Mme Pointeau Agnès, infirmière à l'EHPAD d'Amboise
et Mme Royer, SSIAD Hôpital d'Amboise*

14 h 00 à 16 h 30

« Découverte du bien être », Animation : Mme PILLEBOUE, socio-esthéticienne

Salle des fêtes - démonstrations

10 h 45 - 11 h 30

« Gestes et postures adaptés » *par des professionnels de la MSA*

15 h 15 - 16 h 00

« Gymnastique équilibre en bleu » *par l'association SIEL BLEU*

Salle des fêtes - stands

10 h 00 à 17 h 30

Les services de maintien à domicile :

*ADMR, ASSAD rives de la Loire et du Cher, ASSISTADOM, Toutat'home services,
le SSIAD, l'ASSAD-HAD Touraine*

Les accueils de jour du canton : *AGEVIE, la pause Aloïs*

Les services sociaux des administrations :

*Les caisses de retraite : CARSAT, MSA, AG2R la Mondiale
Le Conseil général : APA, conseiller d'autonomie
Le CCAS de la ville d'Amboise*

L'Association France Alzheimer 37

L'équilibre est dans l'assiette *avec une diététicienne Mme Rousseau*

La protection des personnes *par Mme Depond, attachée juridique UDAF 37*

La santé en bougeant, *avec l'ASEPT, SIEL BLEU et des associations sportives d'Amboise,
Aquatique Club Amboisien - ACA Gym d'Amboise.*

L'adaptation de l'Habitat, *avec le PACT d'Indre et Loire et avec la Maison de Prudence de la MACIF*

***Inauguration et vin d'honneur à 11 h 45 salle des fêtes
Pause musicale par des membres de l'accueil de jour AGEVIE
Clôture de la journée à 17 heures avec une chorale
Chorale : Bul' de mômes et les Coccinelles d'Amboise***