



Salon des Séniors

ET DES AIDANTS

BIEN DANS MON CORPS, BIEN DANS MA TÊTE,
BIEN DANS MES BASKETS !



JEUDI 19 OCTOBRE 2023 DE 10H À 17H

SCÈNE DU LOING
135 ROUTE DE MORET
77140 NEMOURS

POSSIBILITÉ DE RESTAURATION SUR PLACE



Salon des seniors

ET DES AIDANTS

Viellir en pleine forme à la fois physique et morale est aujourd'hui l'une de vos préoccupations ?

Vous accompagnez un proche et vous vous interrogez sur les aides possibles ?

VENEZ NOUS RENCONTRER

À la journée organisée par la municipalité et ses partenaires qui vous informeront sur les clefs du bien vieillir mais également sur vos droits et votre sécurité.



Seront également présents de nombreux thérapeutes du bien-être qui partageront leurs pratiques !

CONFÉRENCES

45 min

DES CONFÉRENCES TOUT LE LONG DE LA JOURNÉE !

- 11H00** Prévention des arnaques, vol à la fausse qualité...
Par la Police Nationale
- 12H00** La place des aidants et les dispositifs de soutien
Par la colombe des aidants et PAT Fontainebleau et/ou SAPHA Nemours
- 14H15** Sécuriser vos achats sur internet
Par Delta 7
- 15H00** « Maladie d'Alzheimer et apparentées : mieux connaître la maladie pour mieux accompagner le malade »
Par le Docteur Jacqueline Verdavainne, Gériatre retraitée, bénévole France Alzheimer77
- 16H00** « Comment bien vieillir ? » (sport/nutrition) suivie d'une séance sportive
Par CT2S