

GRATUIT

SALON

Vieillir avec
le sourire

Séniors



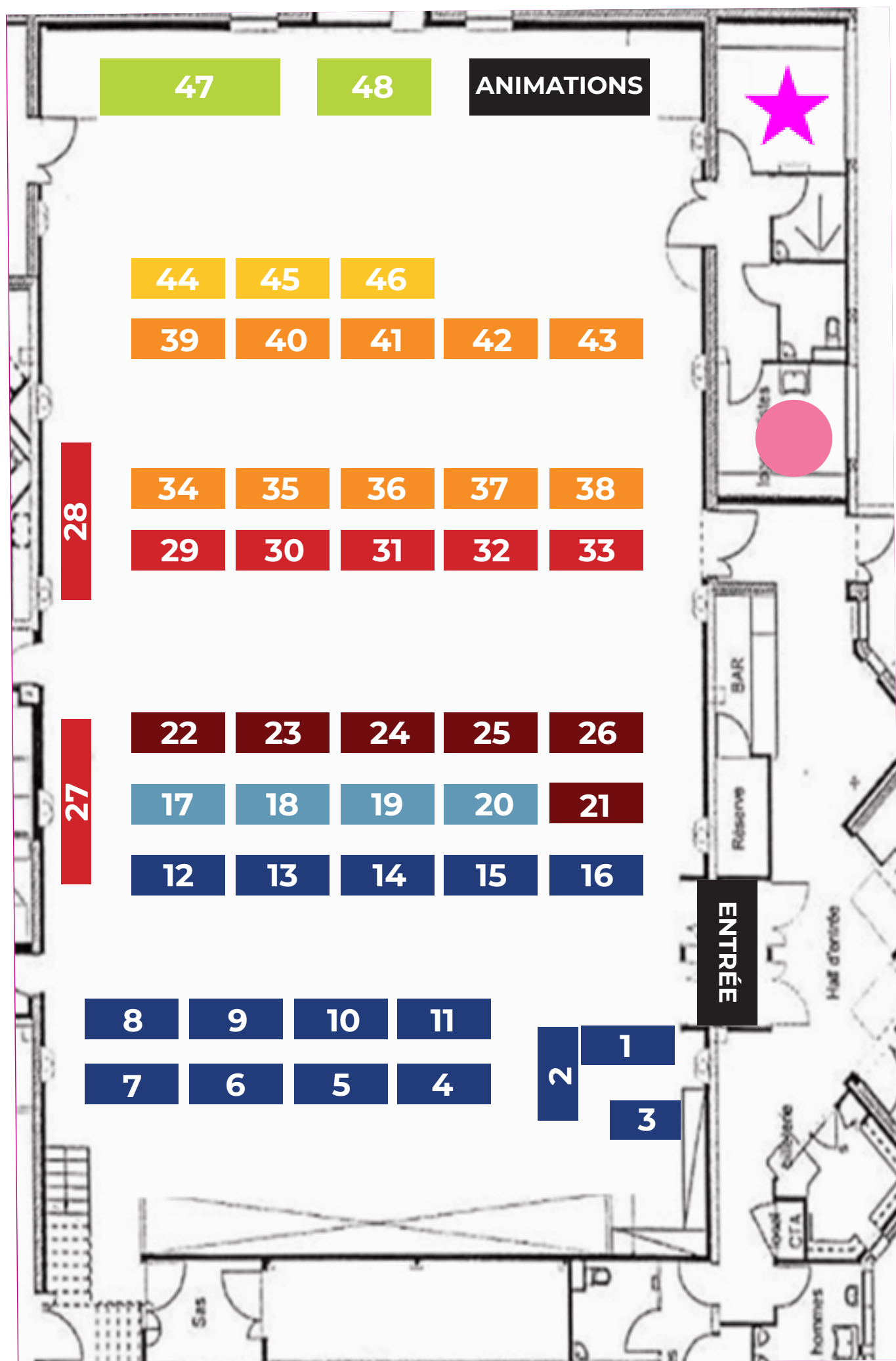
09 h 30 - 17 h

MARDI 6 MAI

Conférences, stands, animations & ateliers
16 h : Représentation de la troupe des gens qui sèment

IS-SUR-TILLE

Salle des Capucins



PLAN DU SALON

Maintien à domicile / Prévention de la perte d'autonomie

- 1 - Covati
- 2 - Covati : France Services
- 3 - Le bien-être par l'écriture
- 4 - Conseil départemental
- 5 - Carsat
- 6 - Aggir - Arrco
- 7 - MSA
- 8 - ADMR
- 9 - Léon & Léontine
- 10 - France emploi domicile
- 11 - Binôme 21
- 12 - Flexi Services
- 13 - RESADA
- 14 - Présence verte
- 15 - VYV3 Domicile
- 16 - VYV3 Plateforme de répit

Logement, solution et équipements

- 17 - EHPAD Is-sur-Tille
- 18 - SSIAD
- 19 - Colibr'Is
- 20 - EHPAD Selongey

Santé

- 21 - Les opticiens mobiles
- 22 - Mutuelle communale
- 23 - Opt'Is
- 24 - DAC21
- 25 - Axa
- 26 - Le pavillon de l'audition

Infos pratiques

- 27 - France Travail
- 28 - Notaires
- 29 - Pompes funèbres générales
- 30 - VYV3 Délégué mandataire à la protection des majeurs
- 31 - Mandataire privé
- 32 - ADMD 21
- 33 - Accueil funéraire de Selongey

Associations

- 34 - ADIL
- 35 - France Alzheimer
- 36 - France AVC
- 37 - Ligue contre le cancer
- 38 - Point ligue / Sophrologue
- 39 - Escale 21
- 40 - Club du Tertre
- 41 - Club Vivald'Is
- 42 - Is Loisirs Nature
- 43 - Sport sur ordonnance

Sport et bien-être

- 44 - Maison Sport Santé (matin)
- 44 - ASEPT : Cap Bien-être parcours (après-midi)
- 45 - FAPA
- 46 - Elisfort

Numérique

- 47 - Le mur
- 48 - Espace numérique (casque à réalité virtuelle, brodeuse numérique...)



Tests auditifs



Séances de sophrologie

CONFÉRENCES

• 10 h 30 - 11 h :

Travaillons notre mémoire (Espace numérique de la ville d'Is-sur-Tille)

• 11 h 15 - 11 h 45 :

Les facteurs de risque, les symptômes de l'AVC, ainsi que les progrès dans la prise en charge (France AVC)

• 11 h 45 - 12 h 15 :

Atelier généalogie :
comment faire sa généalogie via le net (Conseiller numérique)

• 14 h à 16 h :

Ateliers olfactifs et stimulation de la mémoire olfactive (VYV Domicile)

ANIMATIONS

SALLE : ●

• 10 h - 10 h 30 / 14 h 30 - 15 h :

Sophrologie
(A. Planiol, sophrologue)

• 10 h 45 - 11 h 15 / 15 h 15 - 15 h 45 :

Prévention des chutes
(Hôpital d'Is-sur-Tille)

SALLE : ★

• 10 h - 12 h 15 :

Tests auditifs
(Le Pavillon de l'audition)

• 14 h 15 - 14 h 30 :

Do In : initiation à l'automassage

SALLE PRINCIPALE :

• 09 h 45 - 10 h 15 :

Initiation à la pratique sportive
(Activ'Form)

• 10 h 30 - 11 h :

Initiation Sport santé
(Maison sport santé)

• 11 h 15 - 12 h 15 :

Sécurité routière
(Activ'Conduite)

• 14 h 30 - 15 h :

Initiation au sport sur ordonnance
(K. Pocas, éducatrice sportive)

• 15 h - 15 h 30 :

À vous de chanter !
(École de musique les 1 000 & une notes)

• 16 h - 16 h 45 :

**Clôture avec la Troupe des gens
qui sèment**

(saynètes sur la vie quotidienne
des séniors)