



Saint-Etienne du Grès, le 27 juin 2016

Bien vieillir dans les Alpilles

Journée d'information et de prévention

Vendredi 1^{er} juillet 2016, Alp'Agés Coordination et la municipalité de Saint-Etienne du Grès organisent une journée d'information et de prévention à destination des seniors.

Cette journée s'adresse aux retraités, aux seniors de 55 ans et plus, à leur entourage et aux professionnels du secteur de la gérontologie de Saint-Rémy de Provence, Mas-Blanc des Alpilles et Saint-Étienne du Grès.

Pour « Bien vieillir dans les Alpilles » nos aînés pourront bénéficier tout au long de la journée d'une information sur la prévention, la mémoire, les activités physiques de « leur âge ».

A l'occasion de conférences-débats sur l'autonomie, la perte de mémoire, ils pourront participer gratuitement à des ateliers sur le maintien de l'équilibre ou l'entraînement de la mémoire. Un espace exposants présentera les organismes d'aide, les prestataires de services, les aides à domiciles partenaires du « Bien Vieillir dans les Alpilles ».

Entrée libre

De 8h00 à 17h00 salle Pierre Emmanuel.

8h30 : Accueil par Jean Mangion, Maire de Saint-Etienne du Grès

9h00 : Comment sensibiliser le public aux conditions du « Bien vieillir » afin de prévenir la perte d'autonomie.

Conférence sur la prévention animée par le Docteur Seyler, directeur de l'IRIPS

10h45 : Conférence thématique sur l'activité physique animée par la CARSAT accompagnée par des démonstrations d'exercices physiques avec la participation du public

12h15 : Fin des travaux de la matinée

14h00 : Conférence sur la mémoire animée par la CARSAT ;

En parallèle, seront organisés dans une salle annexe des tests de dépistage des troubles de la mémoire conduits par un neuropsychologue.

17h00 : Fin de la journée