

L'Isle
sur la
Sorgue

C.C.A.S.
L'Isle
sur la
Sorgue

GÉNÉRATION Séniors

le salon



jeudi **12 octobre**

2023

9h00 > 17h00
Salle des fêtes

**ENTRÉE
GRATUITE**

**ATELIERS . STANDS . INITIATIONS . CONFÉRENCES . ÉCHANGES AVEC
DES PROFESSIONNELS . TOMBOLA . POSSIBILITÉ DE SE RESTAURER
AU FOODTRUCK**

En retraite, mais pas en retrait !

Le salon vous accueille
autour de ses **trois villages**
« **Intergénérationnel** »,
« **Bien-être & loisirs** »
et « **Bénévolat** » pour des
réponses fiables à toutes
vos questions !



Famille & patrimoine,
les bonnes questions à se
poser pour transmettre à
vos proches. Trouvez des
renseignements sur la
donation, les successions,
les viagers avec un avocat
ou un notaire.



Jeux vidéo, Découvrez
et initiez-vous aux jeux
vidéo avec la Wii et créez
des moments de partage
autour d'une passion
commune avec vos
enfants et petits-enfants !



Dans **ma ville en sécurité**
avec la Police municipale,
apprenez à vous servir
d'un défibrillateur et
découvrez les gestes de
premiers secours



Vous avez besoin
d'**une aide à domicile**
ou d'information sur les
aides sociales ?



Pour mieux vieillir chez
soi, de **quelle aide aux
travaux** pouvez-vous
bénéficier ?



Testez votre équilibre
avec le programme
Pied 2023-2024
et **vos connaissances
sur le code de la route** !

Découvrez le programme
de prévention ICOPE,
passez des tests de
dépistages et profitez
d'un atelier mobilité
proposé par un
kinésithérapeute .



Découvrez le **programme**
« **Vieillir et Plaisir** » avec
le planning familial



Et offrez-vous un
moment de **détente**,
**rencontrez d'autres
personnes**, grâce au
Club des Séniors.

Programme des animations

9H30 > 10H30

**Conférence sur les liens entre l'alimentation et la santé
pour les plus de 60 ans**

animée par les Insatiables

10h30 > 11h30

**Démonstration culinaire avec préparation de deux encas
(sucré et salé) : un « booster » d'immunité**

animée par les Insatiables

Places limitées – Inscriptions obligatoires

au 04 90 38 06 45 ou par email

p.sanquer@islesurlasorgue.fr

10H30 > 12H

Conférence « La grand-parentalité aujourd'hui »

animée par Aurélie Arias, psychologue



**Possibilité de
déjeuner sur place :**

FOOD TRUCK

L'avenue des gourmets

14H > 16H

Conférence débat « Le bénévolat pour les séniors »

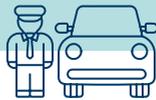
Redonner du sens à son activité après son activité professionnelle :
un véritable enjeu de société à l'heure où l'engagement des seniors
dans la vie associative est tout à la fois un moyen de favoriser son
bien-être et d'offrir des services inestimables aux personnes aidées.
Co-animée par la Cigarette centre social & culturel et le Carrefour des
Citoyens

16h30



Tirage de la tombola

Nouveau



**VOUS ÊTES SÉNIORS,
VOUS N'ÊTES PAS VÉHICULÉ/E
ET VOUS SOUHAITEZ
VOUS RENDRE AU FORUM ?**

Un **service de transport gratuit** est mis à votre disposition pour vous accompagner à la salle des fêtes et vous ramener à votre domicile à votre convenance.

*POUR BÉNÉFICIER
DE CE SERVICE OFFERT
PAR LA VILLE DE L'ISLE-
SUR-LA-SORGUE*

**INSCRIVEZ-VOUS
DÈS À PRÉSENT**

AU 04 90 38 07 86

*du lundi au vendredi
(8h30-12h / 13h30-17h30)*



POUR + DE RENSEIGNEMENTS

auprès du C.C.A.S

04 90 38 07 86

© Service Communication Mairie de L'Isle-sur-la-Sorgue • Éléments graphique : Freepik.com • Impression : Quadrifolio

Nos partenaires

