

# FORUM DU BIEN VIEILLIR CHEZ SOI ET SUR SON TERRITOIRE

## Le Jeudi 21 Octobre 2021



3ÈME ÉDITION !  
Bien Vieillir,  
si on en  
parlait ?

à partir de 10h

à la **Maison Familiale Rurale**  
**Place de la demi lune**  
**02260 LA CAPELLE**



**MFR**  
CULTIVONS LES RÉUSSITES



**S'ENGAGE POUR LES SENIORS**

La conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus.



SÉCURITÉ  
SOCIALE  
INDÉPENDANTS



# Au programme :

**De 10h à 17h**

**Stands d'informations**



**De 11h30 à 16h30**

**Démonstrations**

SOPHROLOGIE - BIEN-ÊTRE ET DÉTENTE

- GYM DOUCE -

- COUTURE - NUMÉRIQUE

**A 15h30**

**Table Ronde :  
La sexualité et le bien vieillir**

**Tout au long de la journée :  
Discussion autour de  
l'accompagnement à la fin de vie  
par l'Association pour le Droit de  
Mourir dans la Dignité**

**Exposition sur la santé des aidants par  
la Mutualité Française**



**Tout au long de la journée:  
Animation autour de la  
prévention routière: lunette  
virtuelle, parcours motricité....**

# Informations diverses



Entrée gratuite

Navette possible

Contactez Tac Tic Animation  
au 03.23.97.79.72



Accessible aux personnes à  
mobilité réduite



## Mémo :



TAC TIC  
ANIMATION

Habitat

MSA

Gym Douce

Bien-être

Loisirs  
voyages

Mutuelle

Accès  
aux  
droits

Sophrologie

Santé

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



Pour plus d'informations :

Tac Tic Animation

9 Rue Edouard Mambour 02260 LA CAPELLE

03.23.97.79.72

[www.tac-tic-animation.org](http://www.tac-tic-animation.org)



S'ENGAGE POUR LES SENIORS

La conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus.

