

## PROGRAMME DE LA JOURNÉE

— ACCUEIL : 09H30

— AMPHITHÉÂTRE

CONFÉRENCE : 10h et 14h

« VIEILLIR, ET ALORS ? »

Animée par le Dr Trinh, gériatre au CHPM  
et Dr Griner-Abraham, psychiatre au CHRU de Brest

— SALLE SÉSAME

TESTEZ ET INFORMEZ-VOUS

à travers un parcours d'ateliers animés  
par des professionnels, sur les thèmes de :

- Équilibre
- Nutrition
- Vision
- Sécurité
- Audition
- Prise de médicaments
- Santé des pieds
- Fonctions cognitives

Au centre du parcours,

ESPACE « BIEN CHEZ MOI »

Pour vous aider dans votre vie quotidienne :

- CLIC (Centre Local d'Information et de Coordination)
- MAIA
- CCAS, CDAS, caisses de retraites...
- Aménagement et équipement du domicile (démonstration de matériel, fauteuils, scooters, téléassistance, domotique...)

— SALLE RESTAURANT

UN ESPACE POUR CRÉER DU LIEN SOCIAL

ESPACE PAYS

Des représentants de vos communes (Morlaix, St Pol de Léon, Plourin...) et du conseil de développement à votre écoute

ESPACE AIDANTS

Maison de l'aidant, Parent'âge, association Parkinson...

ESPACE USAGERS

Associations de retraités :  
ORPAM, Génération mouvement...

ESPACE FORMATIONS

BTS SP3S du lycée Tristan Corbière, ITES...

Organisé par :



02 98 62 38 00

www.bien-veillir-pays-de-morlaix.fr

Avec le soutien de :



En partenariat avec :



conception graphique : www.grinette.com

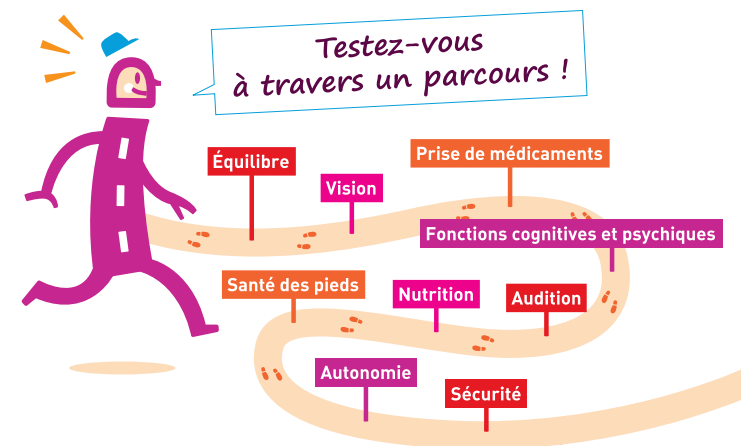
JEUDI 17 SEPTEMBRE 2015

de 9h30 à 17h30

Espace Lango - Z.A. Parc Langolvas - MORLAIX

FORUM

# Bien vieillir en Pays de Morlaix



CONFÉRENCE

ESPACE  
« BIEN CHEZ MOI »

ESPACE  
LIEN SOCIAL

Ouvert aux particuliers et aux professionnels  
Entrée gratuite - Collation offerte

Pour plus d'informations : 02 98 62 38 00  
www.bien-veillir-pays-de-morlaix.fr

## ESPACE LIEN SOCIAL

### Rompre l'isolement

À travers :

- les loisirs, les activités et initiatives sur vos communes
- les solutions d'accompagnement des proches

## ESPACE PARCOURS

### Se tester et s'informer

**Atelier 1 BIEN SE SÉCURISER**  
sur la route et au domicile

**Atelier 2 BIEN SE SOIGNER**  
prise de médicaments,  
soins à domicile...

**Atelier 3 BIEN ENTENDRE**  
détection et conseils

**Atelier 4 BIEN VOIR**  
tests et matériel adapté

**Atelier 5 BIEN DANS SA TÊTE**  
la mémoire et le moral

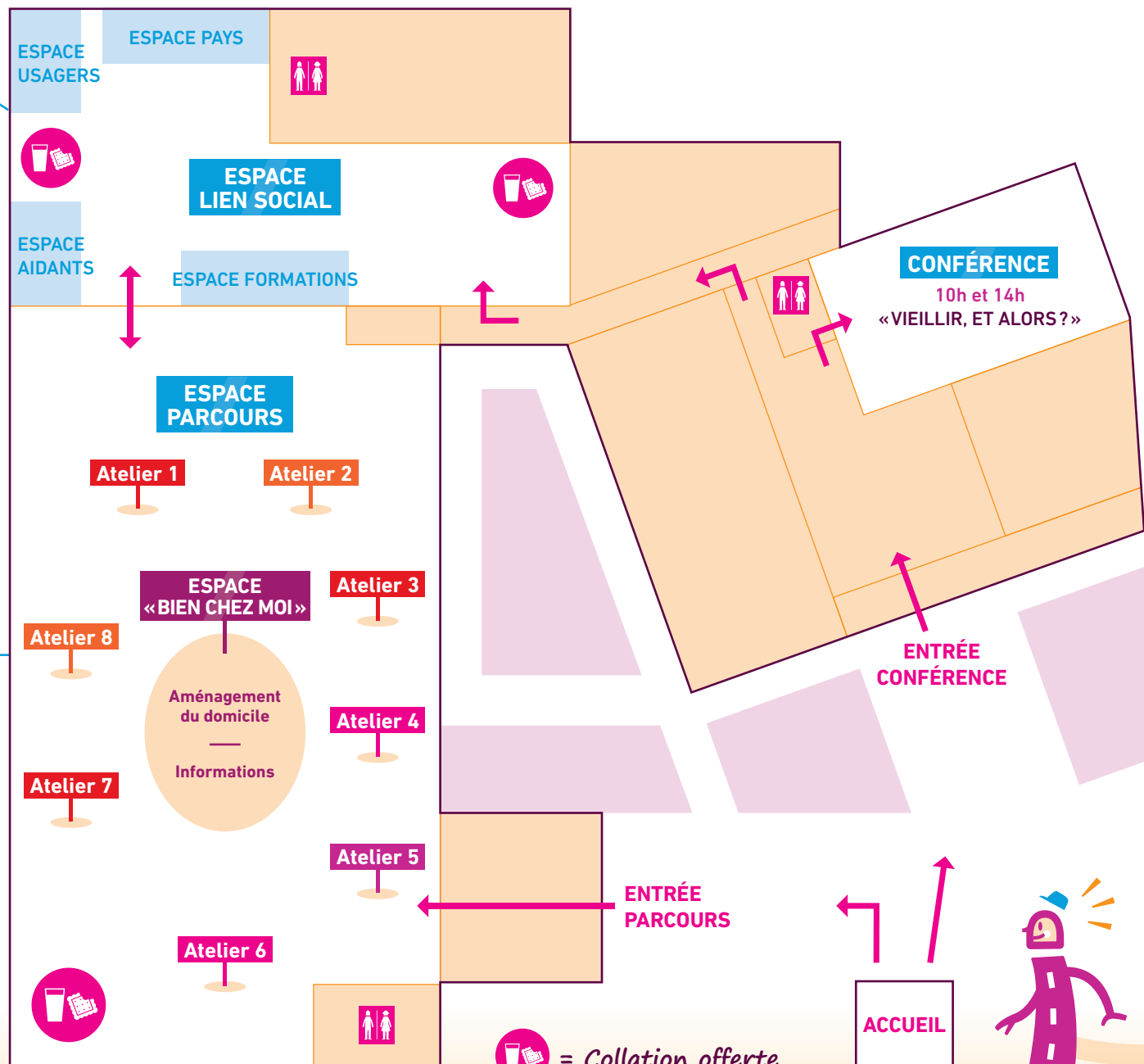
**Atelier 6 BIEN MANGER**  
tests et conseils

**Atelier 7 BIEN MARCHER**  
test et parcours de l'équilibre

**Atelier 8 BIEN SE CHAUSSER**  
empreintes, chaussage...

## ESPACE «BIEN CHEZ MOI»

Aménagement du domicile, informations et aides.



= Collation offerte

Restauration rapide possible