

LE PROGRAMME

LES ATELIERS

sur inscription au 03 87 28 30 36

COMMENT RESTER CHEZ SOI LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE DANS LES MEILLEURES CONDITIONS ?

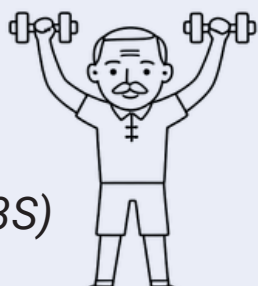
Icöpe : mémoire, mobilité, vue, audition, nutrition, moral,... : faites le point avec un professionnel de santé pour mieux vieillir (séance de 20 min).

🕒 de 10h00 à 12h00

GYMNASTIQUE DOUCE

Avec le Cabinet Sport Santé Sarreguemines (C3S)

🕒 à 10h15 et à 11h15 📍 Auditorium



L'ATELIER ÉQUILIBRE

Avec l'association Passion Marche Nordique

🕒 à 13h30 et 14h30 📍 Terrasse



COMMENT SE PROTÉGER DES FRAUDES ?

Avec la gendarmerie et le Service CLÉ

🕒 de 14h00 à 15h00 📍 Auditorium



SCHNOCKS CAFÉ :

Avec Les Petits Frères des Pauvres et l'Espace Seniors

🕒 l'après-midi



CINÉ-DÉBAT : « UN JOUR TU VIEILLIRAS »

🕒 de 15h30 à 17h30 📍 Auditorium



LES STANDS

Espace Seniors de Sarreguemines

Service CLÉ de la Communauté d'Agglomération Sarreguemines Confluences

Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Sarreguemines

Braun et Baltes

Bastide le confort médical

Rohr Christophe

AMAPA OHSMOSE

AVS

Ergot'Home

Cabinet Sport Santé Sarreguemines (C3S)

Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés (SAMSAH) : la pause aidant

Compagnie de Gendarmerie de Sarreguemines

Réseau de Santé de Moselle-Est (RESAMEST)

Groupement Hospitalier de Territoire (GHT)

Club Coeur et Santé

Résidence Domitys

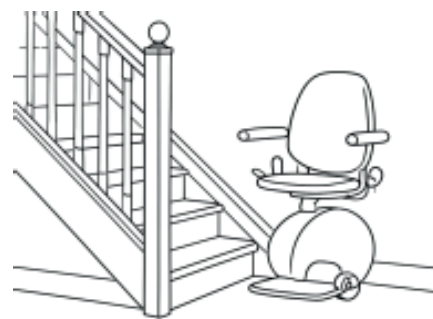
Département de la Moselle

Petits Frères des Pauvres

Association Passion Marche Nordique

Maison France Services

Communauté professionnelle territoriale de santé (CPTS) de la Vallée de la Sarre



CONTACT ET INSCRIPTION
AU 03 87 28 30 36

ET TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE...

TRUCK SOLIHA : camion aménagé avec du mobilier et des aides techniques pour faciliter les gestes du quotidien.



SALLE DE BAIN ADAPTÉE : venez vous projeter dans votre future salle de bain