

## CONTACT



05 49 80 57 63



9 rue du Pas des Pierres  
79140 CERIZAY



<https://cerizeen.csc79.org>



## MODALITÉS PRATIQUES

### ÉVÉNEMENT GRATUIT

*Besoin d'un transport ?*

*N'hésitez pas à demander le transport solidaire.*



**Plateau repas possible sur réservation : 13 €**

ou pique-nique tiré du sac

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Nbre de repas : \_\_\_\_\_

**Inscription avant le 28 mars 2025**

Règlement au CSC du Cerizéen

# FORUM

# BIEN VIEILLIR



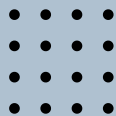
*"Bien vivre chez soi"*

**VENDREDI 11 AVRIL 2025**  
**DOMAINE DE LA ROCHE**  
**CERIZAY**

Organisé par le CSC du Cerizéen

# STANDS ET ATELIERS

ADIL 79  
AGGLO' RÉNOV  
AGIRC-ARRCO  
ANCV  
APUI&VOUS DAC ET PLATEFORME RÉPIT AIDANT  
AVENIR HABITAT SENIOR  
BIBLIOTHÈQUE  
CARSAT  
CIAS DU BOCAGE BRESSUIRAIS  
CLUBS DES AINES  
COMITE DES DEUX-SÈVRES PARKINSON  
CONSEIL DÉPARTEMENTAL DES DEUX-SÈVRES  
ÉCOLE DÉCOUVERTE SPORTS BOCAGE  
ERGOTHÉRAPEUTE COORDINATRICE ICOPE  
FRANCE ALZHEIMER  
FRANCE SERVICES (à partir de 14h00)  
KARATÉ CLUB  
MALAKOFF - HUMANIS  
MSA SERVICES  
PRÉSENCE VERTE  
SIAD - ADMR BOCAGE  
SOLIHA 79  
UDAF  
UFC QUE CHOISIR



# PROGRAMME

9H30-17H

9H30

Accueil

9H30-10H30

Accès aux stands

10H30-12H00

**SPECTACLE** "C'est quoi vieillir, vous serez prévenus !"

par la Compagnie La Lina

12H00

Inauguration officielle

12H45-13H45

Repas (possibilité de déjeuner sur place - sur réservation)

14H00-17H00

Accès aux stands et ateliers

## ATELIERS

14H00-15H00

Rendez-vous conso : Les réflexes pour mieux manger avec UFC Que Choisir

15H00-16H00

Gym sur chaise avec l'École de Découverte et des Sports  
Karaté bien-être avec l'Association de Karaté Club

participation à 1 atelier au choix

16H00-17H00

Adapter mon logement avec MSA services  
Comment comparer des mutuelles ? Malakoff Humanis



- Atelier en libre accès toute la journée : Sport numérique
- Le camion "Ma maison A'venir" - Des idées pour bien vieillir chez moi !

