

Autres manifestations

> à la Résidence Marianne

Dans le cadre de
LA SEMAINE BLEUE



Inscription obligatoire auprès du CCAS au 04 72 23 62 69
Pass' sanitaire obligatoire



LUNDI 4 OCTOBRE à 14h
TOURNOIS DE PÉTANQUE

Dans la limite des places disponibles.

MERCREDI 6 OCTOBRE à 16h



VISITE GUIDÉE

Visite de la résidence autonomie Marianne avec goûter dans le Parc. (durée de la visite 1h)

JEUDI 7 OCTOBRE à 10h



COUP DE CŒUR LECTURE

Rencontre animée par la Médiathèque.



JEUDI 7 OCTOBRE de 15h30 à 18h

ATELIER « L'estime de soi au cœur du bien-être »

Sur le thème « Choisir ce qui me fait du bien pour nourrir l'estime de moi » animé par l'association UFOLEP dans le cadre d'un programme financé par Atouts Prévention Rhône-Alpes. *Sous réserve des places disponibles. Toute inscription sur cet atelier implique la participation à l'ensemble des séances de ce programme qui se dérouleront les 7/10, 14/10 et 21/10. Pour plus de renseignements : CCAS de Mions - 04 72 23 62 69*



VENDREDI 8 OCTOBRE à 15h
ATELIER MANDALA

Rejoignez-nous !



RÉSIDENCE AUTONOMIE MARIANNE
2 allée du château



MAISON DES SENIORS
7 allée de la Liberté



CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE
7 allée du château - 69780 Mions

☎ 04 72 23 62 69 ✉ ccas@mions.fr



Ville de
MIONS

CCAS | CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE



Exposants

Mini-conférences

Ateliers

Mardi 5 octobre 2021

de 13h à 17h30



MIONS - Maison des Séniors



Ville de
MIONS

CCAS | CENTRE COMMUNAL
D'ACTION SOCIALE

Dans le cadre de

LA SEMAINE BLEUE

Entrée libre
& gratuite

1^{ère} édition

SALON DES SENIORS
& de leurs aidants



PASS'
SANITAIRE
obligatoire

Stands & exposants

STAND

14 ABC PRÉVENTION SANTÉ ET DIÉTÉTICIENNES LIBÉRALES

> Activité Physique adaptée et Diététique

13 ACCUEIL ET AMITIÉ

> Actions à destination des Seniors
> Atelier jeux de société

10 ASPIE

> Aide administrative et numérique

3 AZAE

> Aide à Domicile

2 CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE

> Prévention Santé des Seniors
> Centre d'Examens de santé

15 CCAS DE MIONS

> Résidence Autonomie Marianne
> Aide à domicile et portage de repas
> Plan canicule

5 HABITAT ET HUMANISME

> Maison intergénérationnelle

1 LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES

> Lutte contre l'isolement des personnes âgées

4 LES SÉNORIALES

> Résidence Seniors

12 LOISIRS ET DÉTENTE

> Actions à destination des Seniors

9 MÉTROPOLE DE LYON

> Aide Personnalisée à l'Autonomie, Aide Sociale, Via trajectoire

7 PÔLE FUNÉRAIRE PUBLIC

> Funérailles, Contrat obsèques, Accompagnement au deuil

6 SOLIHA

> Adaptation du logement

16 VILLE DE MIONS

> Médiathèque, Centre Culturel, Cinéma, Maison des Seniors

La Ville de Mions offre une place de cinéma (valable jusqu'au 31/12/21) à toute personne âgée de 70 ans et plus résidant à Mions *

Vous pouvez retirer cette place de cinéma directement sur le stand du CCAS de Mions pendant le salon des seniors ou venir la retirer auprès du CCAS après cette date, jusqu'au 31/10/21.

* Sur présentation d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois.



Mini-conférences



NUTRITION de 14h à 14h45

QUELS ALIMENTS POUR MA SANTÉ APRÈS 60 ANS ? *

Animé par Laure Poindextre, diététicienne

HABITAT de 15h30 à 16h30

LES DIFFÉRENTES SOLUTIONS D'HABITAT POUR LES SENIORS

Animé par Sébastien Bunand, Résidence Seniors « Les Senioriales » et Charles Guibert, Habitat et humanisme



Ateliers

HABITAT 13h30 à 14h30

DÉCOUVERTE DU JEU

« MON LOGEMENT ET MOI »

Outil pédagogique qui permet de tester et d'améliorer vos connaissances dans le domaine de l'habitat (économies d'énergie, environnement, perte d'autonomie, santé et sécurité, droits et devoirs liés au logement).

Animé par Soliha (Solidaires pour l'habitat).

NUTRITION 14h45 à 15h30

EVALUER MES CONNAISSANCES

SUR LA NUTRITION *

Animé par Laure Poindextre, diététicienne.

PRÉVENTION

de 15h30 à 17h

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE : POSTURE, AUTO-GRANDISSEMENT ET ÉQUILIBRE *

Prévenir son capital santé, préserver son autonomie par de l'Activité Physique Adaptée. Venez découvrir des gestes, mouvements pour conserver un tonus musculaire et une posture forte par des activités simples et facilement adaptables, qui s'adressent à toutes personnes quels que soient leur âge et leur condition physique.

Animé par ABC Prévention (durée 2h30 env.).



NUMÉRIQUE de 13h à 13h30



DÉCOUVERTE DE L'APPLICATION « LA BONNE APP' » *

Testez cet outil numérique co-construit avec les professionnels du territoire sur la thématique de la prévention de la dénutrition et le lien social.

Animé par Isabelle GIROD, Animatrice à la Résidence autonomie Marianne.



* Actions financées par la Conférence des Financeurs de la Métropole de Lyon.