

Les Pôles Infos
seniors marseillais
vous invitent à la

Pôle
Infos
seniors

3^{ème} Journée des Seniors

Bien être

Bien vieillir

Les aidants
sont aussi les
bienvenus

★
**Venez vous
inscrire aux ateliers
gratuits du Parcours
Prévention Seniors
2020-2021**
★

**ENTRÉE
LIBRE
&
GRATUITE**

**Vendredi
20 mars 2020
de 9h00 à 17h00**

**Palais des Congrès
(Marseille Chanot)**

Conférences thématiques

Mémoire, épuisement des aidants, deuil, naturopathie, sexualité...

Ateliers d'initiation

Numérique, arts plastiques, auto-massage, cuisine...

Stands d'information

Prévention santé, logement, aide aux aidants, action sociale, loisirs...

Animations & Tombola

Organisée par les Pôles Infos seniors marseillais avec le soutien de la CNSA, dans le cadre de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées

Intervention de **Monsieur Maurice REY**, Vice-Président du Conseil départemental des Bouches-du-Rhône, délégué aux personnes du Bel âge et Président de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées.

★ CONFÉRENCES THÉMATIQUES

La naturopathie au service de la gestion des émotions - Anne BRUNEL, Naturopathe

Prévenir l'épuisement chez les aidants - Emma MANDIN, Psychologue

Le deuil : droit ou devoir ? - Alix NICOUD, Docteur en Neurosciences - Elodie CAMOIN, Psychologue

Comment vont l'amour et le sexe après 60 ans ? Marie-Hélène COLSON, Sexologue

La mémoire, pourquoi et comment la stimuler ? Natalina GOUR, Docteur en Neurosciences

Renouer avec la confiance en soi - Béatrice CHAMONTIN, Praticienne diplômée en Neurosciences

★ ATELIERS PRATIQUES

Plus de 700 places d'ateliers collectifs prévues sur la journée

Yoga sur chaise, Les Ateliers M

Equilibre, Siel bleu

Do in (auto-massage Shiatsu),
Salima CICCARIELLO Spécialiste en Shiatsu

Qi gong, Solange NINNIN

Initiation numérique, Emmaus Connect

Arts plastiques, La collective

Atelier cuisine, Silver fourchette

Rigologie, Betty KECHISSOGLU

Tisanerie, Coucoun

Inscriptions
Ateliers Prévention
GRATUIT
pour l'année
2020-2021

★ ANIMATIONS

Démonstration et initiation ZUMBA - Jessica FRANCHI

Groupe de Music en Live « So Sweet » 1 chanteuse, 1 guitariste et 1 Saxophoniste

Caricaturiste, Arno

TOMBOLA : 1 croisière MSC d'une semaine en Méditerranée,
offerte par Manureva répit pour un couple aidant/aidé et de
nombreux cadeaux à gagner

STANDS D'INFORMATION

Conseil départemental, Pôle Infos seniors, Maison du Bel âge, Carsat Sud-est, Caisse complémentaire retraite AGIRC ARRCO, Manureva répit, Unis Cité, Dialogue et Solidarité, Old Up, Santé croisée, Emmaus Connect, ES13, A chacun son sport, Compagnons bâtisseurs Provence, CREEDAT, A3...

COMMENT VENIR NOUS VOIR ?

Palais des Congrès (Parc Chanot) - **Parking payant**

En Métro > Ligne de 2 - Direction Ste Marguerite
Arrêt Rond point du Prado

En bus > 19 21 22 23 41 44 45 72 83


COLLATION assurée
pour 500 personnes
Animations / Cadeaux

