

Le programme de

LA JOURNÉE DU *Bien* VIEILLIR



10H30

Les aidants



12H

Adapter son
domicile



14H

Préparer
sa retraite
sans stress



15H30

Théâtre avec
Les Qui ?

**GRATUIT
POUR LES 60 ANS ET +**

**DIMANCHE 08 NOVEMBRE
10H-16H | VENTABREN
SALLE SAINTE-VICTOIRE**





10H30



Les aidants

**Quelles solutions
pour être accompagné**

Un temps d'échange pour mieux comprendre les dispositifs existants, identifier les ressources près de chez vous et trouver des solutions concrètes.



12H



Adapter son domicile

Comment prévenir les chutes ?

Des conseils pratiques pour rendre son logement plus sûr et plus confortable et ainsi préserver son autonomie au quotidien.



14H



Préparer sa retraite sans stress

**Anticiper aujourd'hui pour profiter
pleinement demain.**

Un éclairage sur les démarches, les droits et les
bons réflexes pour aborder cette nouvelle étape de
vie en toute sérénité.

15H30



Théâtre Les Qui ?

**Réfléchir, s'émouvoir,
partager... autrement !**

Une représentation originale et interactive pour
aborder avec humour et sensibilité les enjeux du
Bien Vieillir.

On vous attend nombreux !

LA
JOURNÉE
DU *Bien*
VIEILLIR



Dimanche 8 novembre 2026



10h-16h



Salle Sainte-Victoire
Plateau de Ventraben

Gratuit pour les 60 ans et +

***Quel rendez-vous
vous intéresse le plus ?***