

# Bien vivre à SALBRIS

Une journée pour bien vivre et bien vieillir  
chez soi

**Mercredi 12 octobre 2022 de 10h à 17h**

**Salle Georges Vilpoux**

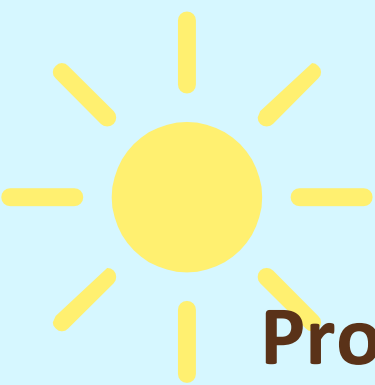
**31 rue des Cousseaux SALBRIS**

Retrouvez nos partenaires sur le village Habitat



Gratuit -- Evénement financé par l'action sociale AG2R Agirc-Arrco et AG2R Prévoyance





# Bien vivre à Salbris

## Programme du 12 octobre 2022

### Temps forts

- ⇒ A partir de 10h café d'accueil
- ⇒ **11h30 : moment de convivialité en présence de Monsieur le Maire**
- ⇒ 15h00 : conférence « Prévention au domicile et aménagement de l'habitat » animée par Merci Julie
- ⇒ Animation musicale par Manu BENOIST « Les copains d'abord »

### Unités Mobiles

#### Caravane AG2R LA

**MONDIALE** : dispositifs d'aide et d'accompagnement Agirc-Arrco : parcours autonomie, aides individuelles, Sortir +, casque virtuel pour une visite de l'Espace « Idées Bien Chez Moi »

**Truck SOLIHA** pour favoriser le bien-être chez soi et le maintien à domicile

**BRICOBUS** : formation et conseils de professionnels de l'habitat pour l'aménagement et l'amélioration du logement. Dispositif solidaire et gratuit

**Bus Numérique** accompagne les seniors dans leurs apprentissages au numérique  
Démonstrations et animation au sein du Bus numérique par AIDINFO'séniors et France Services

### Ateliers et conférence

**Ateliers sur le Tri sélectif** : les bonnes pratiques du recyclage par le SMICTOM

**Ateliers « petit bricolage »** les Compagnons Bâisseurs

**Animation par la Maison Bleue** : présentation en réalité virtuelle

**Atelier Yoga** : initiation

**Atelier REIKI** : « comprendre les émotions pour mieux les gérer »

**Conférence à 15h** « Prévention au domicile et aménagement de l'habitat » animée par Merci Julie

**Exposition** : évolution de l'Habitat à SALBRIS

**Démonstration** cours de gym 9h30 puis 10h30 animés par l'association Gymnastique Volontaire

**Démonstration** et pratique par le club de badminton



AG2R LA MONDIALE

