

4^{ES} JOURNÉES SE SENTIR BIEN CHEZ SOI

**LES 14 ET 15
OCTOBRE 2022**

**Place des Épars à Chartres
de 10h à 18h**

Exclusivement le vendredi 14

**Venez découvrir
la caravane AG2R La Mondiale,
le bus numérique et le bricobus !**



Village des exposants

Place des Épars – accès libre

**Exclusivement
le vendredi 14 octobre**

La caravane AG2R La Mondiale

Retrouvez les dispositifs d'aide et d'accompagnement proposé par AG2R La Mondiale et ses partenaires: parcours autonomie, espace Idées bien chez moi, dispositifs Agirc-Arrco, aides individuelles. Informations et ateliers proposés grâce à un casque de réalité virtuelle.

Le bus numérique

Équipé d'ordinateurs, il sensibilise et forme à l'utilisation des nouvelles technologies. Le Bus numérique propose, en accès libre, des quiz de culture numérique et des tests de niveaux.

Le Bricobus

Les propriétaires et locataires qui souhaitent effectuer des travaux par eux-mêmes y trouveront aide et accompagnement pour améliorer leur habitat à travers des ateliers et animations.

Fédération Familles Rurales

Découvrez leurs ateliers prévention/bien-être et leurs actions solidaires pour favoriser le bien vieillir.

SOLIHA

Soliha vous présente un logement mobile et adapté à la perte d'autonomie.

Service Chartres Rénov' Habitat

Chartres Rénov' Habitat, la plateforme énergétique de Chartres métropole, vous apporte des conseils techniques et financiers pour entreprendre des travaux dans votre logement, pour qu'il reste confortable en même temps qu'adapté. Rendez-vous également sur le stand pour récupérer le cliché thermographique de votre logement à Chartres, Lucé ou Mainvilliers.

CCAS de Chartres

Découvrez l'offre de services que propose le CCAS de Chartres aux seniors: services favorisant le maintien à domicile, solution d'hébergement, animations proposées aux seniors...

Chartres Métropole Habitat

Découvrez les résidences intergénérationnelles de Chartres métropole Habitat et l'offre de services associée, destinée à l'accompagnement des seniors afin de faciliter le maintien à domicile.

Eure-et-Loir MDA

La maison départementale de l'Autonomie présente ses services auprès des seniors: prévention, aides techniques et exemples d'aménagements proposés par des ergothérapeutes.

Habitat et Humanisme

Habitat et Humanisme se mobilise pour offrir un logement et un accompagnement adapté aux familles ou personnes seules en situation de perte d'autonomie.

Résidence Dolc'Epars

Collation, discussion et présentation d'une nouvelle structure « la maisonnée » qui ouvrira en 2023

À 10h et 16h

Lions Club Chartres Doyen

Présentation de l'association et de leurs actions: vide grenier, collecte jouets, concours d'éloquence, bébé du cœur...

Gymnastique volontaire

Retrouvez de nombreuses informations sur la gymnastique volontaire: cours de gymnastique d'entretien adaptés à tous les âges, ateliers équilibre et ateliers mémoire.

Domitys

Présentation des résidences seniors avec des appartements adaptés, des services, des animations...

Université Chartraine du Temps Libre (UCTL)

Présentation de l'université et des activités proposées toute l'année: cours, conférences, sorties culturelles...

La Poste

La Poste aide les seniors à se familiariser avec le numérique grâce à la tablette ARDOIZ. Avec l'aide du facteur, la configuration de la tablette et sa prise en main sont facilitées, et tout cela directement à domicile.

SéniorADom

SéniorAdom propose des services de téléassistance mobile ou à domicile pour sécuriser son quotidien.

ADMR

Découvrez les services proposés par l'ADMR dans différents domaines d'intervention: services et soins aux seniors, entretien de la maison, accompagnement du handicap...

Résidence Montana

Avec une ouverture programmée dès décembre 2022, venez découvrir cette nouvelle résidence, où bien-être et convivialité seront au rendez-vous, à seulement 10 minutes de la cathédrale.

Régie Les 3 R

Venez découvrir les services proposés et notamment la laverie associative.

Animations sur inscriptions

Vendredi 14 octobre

Atelier mémoire

animé par la MDA28
10h30 – 11h30 - Résidence Silvia Monfort

OIEGIROUTE

Jeu de l'Oie en équipe autour
du Code de la route.
de 10h à 12h, auditorium de la
médiathèque l'Apostrophe

Jeu « Mon logement et moi »,

permet d'identifier et résoudre les difficultés
rencontrées dans le logement, acquérir les
bons réflexes et les bonnes pratiques.

14h00 - place des Épars
Inscription auprès de SOLIHA – 0237200858

Atelier découverte équilibre et prévention des chutes

animé par la Gymnastique Volontaire
15h30 – 16h00 - Résidence Silvia Monfort

Atelier mémoire

animé par la Gymnastique Volontaire
16h00 – 16h30 - Résidence Silvia Monfort

Débat théâtral « Du côté de la vie »

par la compagnie de théâtre *Entrée de Jeu*,
soutenue par AG2R La Mondiale. Le maintien
à domicile dans les meilleures conditions
est un des enjeux majeurs de la politique
de santé des personnes âgées, qui désirent
généralement retarder au maximum le
moment de partir en établissement. Accepter
d'en faire moins, ne pas se laisser aller, bien
s'alimenter, accepter l'aide... seront autant de
questions abordées lors de ce débat.
16h00 - Auditorium de la médiathèque
l'Apostrophe

Samedi 15 octobre

Portes ouvertes de la résidence autonomie Silvia Monfort

26, rue du Docteur Michel-Gibert à Chartres
de 14h à 18h

Conférence les aides à la rénovation de l'Habitat et les dispositifs mis en place par Chartres métropole,

animée par SOLIHA.
10h30 - Auditorium de la médiathèque
l'Apostrophe

Informations pratiques

**Ateliers gratuits. Nombre de places
limitées.**

**Renseignements et inscriptions
aux animations :**

**Chartres Rénov' Habitat - 02 37 91 36 51
chartresrenovhabitat@agglo-ville.chartres.fr**