

## La semaine bleue, c'est aussi ...

### Vendredi 13 octobre à 14h - Cinéma Malraux - Film «Un petit miracle»

67 place Pdt Mitterrand à Chambéry. Projection de la comédie «Un petit miracle» de Sophie Boudre suivie d'une visite de l'exposition «Les petites combines de la vie» de Nadine Barbancon. Tarif : 3 €.

### Du 16 au 19 octobre - Portes ouvertes gymnastique volontaire

Le comité départemental d'éducation physique et de gymnastique volontaire de Savoie vous propose de tester les cours gratuitement. Renseignements : [epgv73.fr](http://epgv73.fr) pour charger le dépliant du CODEP EPGV 73 ou au 04 79 60 09 83

### Jeudi 19 octobre de 14h à 16h - Portes ouvertes EHPAD

«Terrasses de l'horloge», place François Mitterrand à Chambéry. Conférence de Jean Charles Vayr, sur les costumes savoyards et dégustation de gâteaux de Savoie préparés par les résidents.

### Jeudi 19 et vendredi 20 octobre - Rando santé Savoie

Randonnée «découverte». Inscription le **17 octobre** sur le stand au Manège. 10 participants par randonnée, soit 20 au total.

### Jeudi 26 octobre - Conférence «Habitat solidaire ? Ça vous parle ?»

MGEN section 73, 116 avenue du Grand Arietaz à Chambéry.  
Informations : régie Coup de pouce - 04 79 62 61 13 / 07 85 18 93 96  
[habitat@regiecoupdepouce.com](mailto:habitat@regiecoupdepouce.com)



Pôle social du Département • CLIC bassin Chambérien  
116 rue Sainte Rose • 73000 Chambéry • ☎ 04 79 85 79 60



## Forum BIEN VIEILLIR

Mardi 17 octobre 2023  
de 9h à 17h30

Centre des congrès Le Manège à Chambéry

Gratuit



RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
agirc-arrco

LE DÉPARTEMENT

Tombola gratuite

## LE PROGRAMME du 17 octobre 2023

**9h30 - 10h45**

Conférence «Activité physique, prévention et lien social», Dr Anne-Catherine Jothy, médecin gériatre du Centre de prévention AGIRC-ARRCO (Auditorium)

**10h00 - 12h15**

Ateliers : inscriptions sur place (Rez-de-chaussée)

- 10h00 - 10h45 : Atelier «Activ'Mémoire». 10 participants. ADAPAR
- 10h30 - 11h15 : "Se faire aider à domicile avec le CESU, comment ça marche ?" 30 participants. FEPEM
- 11h00 - 11h45 : Atelier «Yoga assis». 40 participants Dr Jothy, médecin gériatre
- 11h30 - 12h15 : "Comment financer son maintien à domicile grâce au viager solidaire". S3C

**12h30**

Vernissage de l'exposition «Une parenthèse de 2 heures», réalisée par Clément Rizzo et l'équipe PAPH de la maison sociale du bassin Chambérien, en présence de Madame Wolff, vice-présidente aux personnes âgées et handicapées et à la solidarité générationnelle

**14h00 - 15h30**

Pièce de théâtre «Quai n°19» d'Emmanuel Ducasse jouée par la compagnie Mirandole  
Une pièce sur le mieux vivre ensemble introduite par Madame Wolff (Auditorium)

**15h30 - 15h45**

Témoignages de personnes en situation de cohabitation intergénérationnelle 1T2G. (Auditorium)

**16h30 - 17h30**

Concert par les 70 musiciens de l'orchestre New Age de la Fédération Musicale de Savoie. (Auditorium)

**Déambulation de la compagnie des instantanez**

**Exposition photos «EHPAD, un lieu de vies» de Mathilde Parquet, Centre hospitalier métropole Savoie (1<sup>er</sup> étage)**

**Les stands sont ouverts de 9h00 à 16h30 (1<sup>er</sup> étage)**

- Solidarité • Loisirs vacances • Sécurité • Sports • Transports • Accès aux droits •
- Hébergement logement • Santé • Aménagement logement •