



Les Rencontres Santé

VIEILLIR AVEC PLAISIR ET SANTÉ

7 OCTOBRE 2010 - ARRAS

MARCHER, CHANTER, CUISINER, JARDINER, ÉCHANGER, COMPRENDRE, ÊTRE UTILE, DÉCOUVRIR

BIEN VIEILLIR C'EST ?

VENEZ EN PARLER LORS

D'UNE APRÈS-MIDI D'ÉCHANGES
AVEC LES BÉNÉVOLES

ET PROFESSIONNELS
DU JARDINAGE, DE LA CUISINE,
DE LA MAISON ET DE LA SANTÉ

A PARTIR DE 14H00
ET JUSQU'À 17H00

GRATUIT
&
OUVERT À TOUS

CENTRE SOCIAL ARRAS OUEST
AVENUE DE L'HIPPODROME
ARRAS

RENSEIGNEMENTS

Cédric BAILLY
Mutualité Française
Tél. : 03 20 62 79 42
cedric.bailly@mutualite-npdc.fr

Aurélié MALFAIT
ACGA / Clic
Tél. : 03 21 60 12 15



RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS SUR

www.mutualite-npdc.fr

VIEILLIR AVEC PLAISIR ET SANTÉ

7 OCTOBRE 2010 - ARRAS

PROGRAMME

14H00

ACCUEIL DU PUBLIC

14H00 - 17H00

LES BÉNÉVOLES ET PROFESSIONNELS
ANIMERONT LES PÔLES SUIVANTS :

* LE PÔLE JARDINAGE

DES CONSEILS POUR VOUS ET VOTRE JARDIN.

* BIEN VOIR ET BIEN ENTENDRE

CONSEILS ET DÉPISTAGE SUR LA VISION ET L'AUDITION

* LE PÔLE CUISINE

POUR QUE MANGER SOIT UN PLAISIR

* LE PÔLE MÉMOIRE

COMPRENDRE LA MÉMOIRE ET SON FONCTIONNEMENT,
PRÉSENTATION DES AIDES EXISTANTES SUR LE TERRITOIRE

* LE PÔLE HABITAT

LES CONSEILS POUR BIEN VIVRE CHEZ SOI :
LES EMBÛCHES INÉVITABLES

* LOISIRS, ASSOCIATIONS ET RENSEIGNEMENTS

TOUTE L'INFORMATION SUR LES ASSOCIATIONS
PROCHES DE CHEZ VOUS

* LE PÔLE CONVIVIALITÉ

UNE PAUSE POUR SE RESTAURER ET ÉCHANGER

RENSEIGNEMENTS

Cédric BAILLY
Mutualité Française
Tél. : 03 20 62 79 42
cedric.bailly@mutualite-npdc.fr

Aurélie MALFAIT
ACGA/ Clic
Tél. : 03 21 60 12 15



AVEC LA PARTICIPATION DE :

LA CARSAT ARTOIS, L'ASSOCIATION AFDA, LES JARDINIERS DE FRANCE, LE PETIT MARCHÉ ARRAGEOIS, L'UNION SPORTIVE ARRAS OUEST (USAO), LES CLUBS DES AÎNÉS, LE CENTRE HOSPITALIER D'ARRAS, PAS-DE-CALAIS HABITAT, CULTURE ET LIBERTÉ, LE