

DEMANDEZ LE PROGRAMME...

ATTENTION DANGER, parce qu'il vaut mieux prévenir

Le mardi 26 novembre de 9h à 16h – Salle de l'Orangerie d'Ayguesvives

Le Conseil Intercommunal de Sécurité et de Prévention de la Délinquance (CISPD) du Sicoval propose aux seniors une journée gratuite d'information et de prévention sur les dangers de la route, avec une conférence-débat, des ateliers interactifs et pratiques, des stands d'informations et même une pause déjeuner !

Connaissez-vous, les effets des médicaments sur la conduite, ou encore les nouvelles signalisations, les priorités, les règles de circulation dans un rond-point ? En réponse, les rencontres de la matinée vous donneront des informations incontournables sur les règles de conduite ! L'après-midi vous permettra de participer à des ateliers pratiques, tels que des parcours de conduite proposés par l'auto-école des Rocollets, une rencontre avec la Gendarmerie nationale sur différents thèmes (le permis à point, la réglementation, etc.), des animations avec la Prévention MAIF (tester sa vue et ses temps de réaction avec l'ergovision et le réactiomètre et un parcours alcoolémie).

Renseignements et inscriptions (jusqu'au 21 novembre) : 05 62 24 28 51 / cispd@sicoval.fr

LE CODEV, une séance découverte au cœur du territoire

Le mardi 26 novembre de 15h à 18h – Salle des fêtes de Donneville

Une rencontre-débat organisée sous forme d'une table ronde autour du thème de l'habitat des seniors avec la participation de : l'association « Mieux ensemble », du foyer-logement « Les Claires Fontaines » à Castanet, d'un organisme HLM proposant des modalités d'habitat ou des actions favorisant les relations intergénérationnelles, d'une habitante d'un immeuble d'habitat participatif à la Cartoucherie à Toulouse et membre de l'association la Jeune Pousse/Abricoop, pour un retour d'expérience sur la mixité générationnelle.

Quels sont les moyens qui s'offrent aux séniors pour habiter autrement ? Plusieurs acteurs et témoins interviendront sur les évolutions possibles d'habitats dans l'avancement de la vie : habitat individuel, collectif, alternatif, solidaire et intergénérationnel... Après ce premier temps, vous serez invités à débattre de ces questions et propositions lors d'ateliers participatifs.

Entrée libre sur inscription : codev@sicoval.fr / tél. 05 81 76 24 61

SENIORS, ET ALORS !, un forum pour se rencontrer et échanger

Le jeudi 28 novembre de 9h à 17h – Salle des Fêtes de Ramonville

Cette journée est dédiée au bien-vieillir sur le territoire. Conférences, tables rondes et stands seront au programme pour délivrer des informations pratiques. Cette année, la classe de terminale bac pro Service aux personnes et aux territoires de la Maison Familiale et Rurale de Donneville a intégré dans son projet pédagogique sa participation à cette journée. Les 16 élèves de cette classe auront pour mission d'accueillir et d'orienter le public, et de tenir un stand de boisson.

9h30 : « Bien vieillir : les recommandations de l'OMS »

Avec Catherine Takeda, médecin du Gérontopôle

11h15 : « Comment maintenir le lien social à domicile»

Avec Thierry Liaigre, président de l'association Auto-lien ; Laetitia Iffrig, coordinatrice du développement social de l'association « les Petits frères des pauvres »; Julie Lénot, cheffe du service d'aide et d'accompagnement à domicile du Sicoval

13h30 : « Seniors, et si on vous simplifiait le numérique ? »

Avec l'adjudant-chef Martial Camps de la Gendarmerie nationale ; Marc Laurac, témoin senior ; Serge Carcy, Président du Conseil des sages d'Escalquens ; Anne-Claire Dubreuil, directrice de projets et Emmanuelle Benassi, cheffe du service Ingénierie de projet et animation territoriale du Sicoval

14h30 : « Couple et âge, font-ils toujours bon ménage ? »

Avec Aurélie Sanchez, psychologue ; Henri-Louis Schwal, médecin ; M. Mifsud, philosophe

15h30 : « Innovation technique et relation humaine : un nouvel équilibre à trouver »

Avec Willy Lafran, cofondateur de Freya Games et Frédéric Delcassé de l'AMS santé



OLD ON PROJECT, une exposition photo pour changer de regard

Le jeudi 28 novembre - Salle des Fêtes de Ramonville

Il est urgent de poser un autre regard sur la vieillesse et les métiers de l'aide et du soin à nos aînés. Témoigner de ce que vivent dans l'intimité du domicile, la personne âgée et son aidant professionnel, voici l'ambition de cette exposition confiée au photographe Anthony Jean. Accompagnant les agents dans leurs missions pendant 3 semaines, il restitue la dignité de ces deux personnes, au cœur de cette relation qui les unit.

Artiste photographe et photo reporter, Anthony Jean met l'humain au cœur de son œuvre, des déplacements des peuples aux zones de conflit, en passant par son voisin dans son quotidien tranquille. Ses photos sont régulièrement publiées dans la presse française, européenne et aux États-Unis. Conférences, expositions dans la France entière... il est notamment connu pour ses reportages sur les opérations de sauvetage des migrants par SOS Méditerranée.

<http://ajean.photography/>

OSONS LE NUMERIQUE, simple comme un clic

Le vendredi 29 novembre de 9h30 à 12h – Centre Culturel de Belberaud

Le Conseil Intercommunal de Sécurité et de Prévention de la Délinquance (CISPD) du Sicoval, propose une demi-journée gratuite d'information pour les seniors pour apprendre à éviter les pièges et surfer en toute sécurité.

Phishing, fake news, objets connectés,... ça vous parle ? Pour vous éclairer le CISPD du Sicoval vous propose une demi-journée d'information animée par l'association Prévention MAIF, sur les risques liés à Internet. Les messageries, les mots de passe, les réseaux sociaux, les achats en ligne n'auront plus de secrets pour vous !

Renseignements et inscriptions (jusqu'au 28 novembre) : 05 62 24 28 51 / cispd@sicoval.fr

A TOUS AGES, après l'effort, le réconfort...

Le vendredi 29 novembre de 14h30 à 17h – Salle du Lac de Castanet

Rencontre de l'association « Cap atout'âge » au club des aînés de Castanet, organisée en partenariat par les clubs des aînés de Castanet-Tolosan, Deyme et Péchabou.

L'activité physique, par son effet bénéfique tant sur le corps que pour l'esprit, est une des clés du bien-vieillir. L'association « Cap atout'âge », dont l'objectif est de développer et promouvoir les activités physiques et la médecine douce pour les séniors vous propose une rencontre et des ateliers avec pour maître mot : le bien être !

ET AUSSI...

LOTO-TROC, une partie solidaire et conviviale

Le lundi 25 novembre de 14h à 17h - Salle des Fêtes d'Escalquens

Évènement réservé aux bénéficiaires du Service d'aide et d'accompagnement du Sicoval

Les bénéficiaires du Service d'aide et d'accompagnement du Sicoval donnent lors de l'inscription un lot (un objet, un livre, une boîte de chocolat...) qui seront gagnés lors du loto. Une chorale composée de bénéficiaires (ayant en amont travaillé avec une musico-thérapeute) animera la pause de l'après-midi. **Ce sont les aides à domicile qui assurent les transports pour les personnes qui ne peuvent pas se déplacer.**

INFOS PRATIQUES

Programme complet sur : www.sicoval.fr

Renseignements au 05 31 84 30 34