

Labège, le 1<sup>er</sup> octobre 2018

## Séniors, et alors ! Une manifestation, 3 rendez-vous du 10 au 13 octobre 2018

**Comment bien vivre avec son âge ? Le Sicoval propose aux + de 50 ans (et aux autres !) de trouver des réponses à cette question grâce à la manifestation « Séniors, et alors ! ».**

### « Séniors, et alors ! »

Soirée-débat, rencontre, forum



**Au programme, trois rendez-vous incontournables :**

- **une soirée-débat** « Plus jeunes mais pas si vieux ! » (organisée par le Conseil de développement du Sicoval),
- **une rencontre sur le « bien- vieillir »** avec le Gérontopôle (en partenariat avec les clubs des aînés de Castanet-Tolosan, Deyme et Pechabou) et, comme point d'orgue,
- **un forum** où les visiteurs pourront rencontrer des professionnels et des bénévoles sur des sujets tels que le bien-être, la santé, la prévention, l'adaptation du logement... Des animations, ateliers et des tables rondes ponctueront cette journée riche et variée.

### Mercredi 10 octobre de 18h à 20h30

Salle des fêtes d'Escalquens

**Soirée débat : « Plus si jeunes, mais pas si vieux ! »**

3 acteurs seront présents pour débattre de la place des séniors dans la société : l'association Old-Up ([www.oldup.fr](http://www.oldup.fr)), Elisabeth Bougeois (enseignante chercheure) et le Conseil des sages d'Escalquens (instance consultative de la commune).

Proposée par le Conseil de développement du Sicoval

Entrée libre sur inscription : [codev@sicoval.fr](mailto:codev@sicoval.fr) / tél. 05 81 76 24 61

**Vendredi 12 octobre de 14h à 16h**

Salle Pierre Balocchi à Castanet-Tolosan

**Conférence : « Bien vieillir en maintenant sa mémoire et ses capacités physiques »**

Lors de cette rencontre, le Dr Pierre Jean-Ousset, responsable du centre de recherche au Gérotopôle du CHU Toulouse présentera les dernières avancées de la recherche sur le bien-vieillir.

*Proposé en partenariat avec les clubs des aînés de Castanet-Tolosan, Deyme et Péchabou*

Entrée libre sur inscription : [direction.autonomie@sicoval.fr](mailto:direction.autonomie@sicoval.fr) / tél. 05 31 84 30 34

**Samedi 13 octobre de 9h à 17h**

Salle des fêtes de Belberaud

**Forum « Seniors, et alors !... »**

Se sentir bien avec son âge, trouver des solutions pour se faciliter la vie au quotidien, voilà les sujets au cœur de cette journée. Des professionnels et des bénévoles seront présents pour informer les visiteurs sur les questions du bien-être, de la santé, de la prévention, de l'adaptation du logement.... Des animations, des ateliers et des tables rondes seront également proposées. Ce forum s'adresse aussi à toute personne s'intéressant à ce secteur d'activité (formation, emploi, bénévolat). Entrée libre.

Inscription aux ateliers sur [www.sicoval.fr](http://www.sicoval.fr) et au 05 31 84 30 34