



*Préparez l'avenir avec des solutions
et des services près de chez vous !*

SALON DU

Bien Vieillir

samedi 4 octobre

de 9h à 15h30 - Hall des Sports de Marchin

**Rencontrez, échangez et avancez
avec les acteurs de votre Commune.**



Plus d'informations : www.marchin.be
aurelien.constant@marchin.be - 085 270 449



De 9h à 15h30

Présence de nombreux exposants

De nombreux exposants vous accueillent pour vous faire découvrir une grande variété de services qui abordent le vieillissement, le maintien à domicile et qui accompagnent la famille et les aidants proches. Un moment d'échange privilégié pour s'informer, poser ses questions et trouver des solutions adaptées à chaque situation.

Santé et aide à domicile

ADMR - ASD - CSD - VAD

Ergo 2.0

Alzheimer café Huy

Ligue Alzheimer

CHU - Clinique de la mémoire

CHU - Service de gériatrie

Association Parkinson asbl

Pallia Liège - Delta

Senoah

Province de Liège - Santé et affaires sociales

ZP Condroz - techno prévention

Soutien digital et juridique

Zone de Police du Condroz

Espace Public Numérique (EPN)

Études notariales associées

Services Publics de Proximité

Couple Sociale / Plan de Cohésion Sociale

Assistant(e)s de vie

Agence Locale pour l'Emploi (ALEM)

Loisirs

Bibliothèque OYOU

Conseil Consultatif Communal des Aînés

Atelier Tricot

Syndicat d'Initiative

Âgo

Atelier broderie

Altéo Liège + Otter Huy

Atelier des métamorphoses

PROGRAMME

9h - 10h

Petit déjeuner offert

Sur réservation au 085 270 449.

10h

Discours inaugural

En présence des autorités communales des 4 communes.

10h15

Cyclo danse

Représentation d'une danse en fauteuil roulant.

10h30 - 12h30 | 13h30 - 15h

Balade en triporteur

Cet outil est mis à disposition des citoyens bénévoles et des seniors.

10h30 - 12h30

Balade Seniors

Rencontrez un groupe de seniors se réunissant plusieurs fois par mois pour marcher tranquillement.

11h - 12h15

Yoga

Initiation à des exercices respiratoires, des enchaînements de posture et des moments de méditation.

12h - 14h

Buffet à Sandwich

Prix démocratiques. Eau et café offerts.

13h - 13h30 | 15h - 15h30

Brain Ball

Découvrez une activité psychomotrice qui permet de développer concentration, coordination, coopération et confiance.

13h30 - 14h

Visite de l'EPN

À l'étage de la bibliothèque, découvrez cet outil numérique, accessible gratuitement toute l'année.

Un petit cadeau pratique et utile sera remis à chaque participant lors de la visite.

14h - 15h

Conférence cybercriminalité

Apprenez comment vous en prémunir. Rendez-vous dans la salle du Conseil communal pour cette conférence présentée par la Zone de Police du Condroz.

14h - 15h30

Goûter tarte

Prix démocratiques. Eau et café offerts.

Le **SALON DU *Bien Vieillir***
est une action portée par les assistant(e)s de vie
d'**Anthisnes, Marchin, Modave et Tinlot.**

Il a pour objectif de transmettre de l'information aux aînés, aux familles, aux aidants proches afin de favoriser le bien vieillir sur le territoire et de faciliter le quotidien de l'entourage.

C'est un lieu d'échange, de partage, de rencontre, de découverte, où l'information est transmise sous différentes formes : stand, animation, présentation, conférence.

Ce salon est aussi l'occasion de rencontrer l'assistant(e) de vie de **votre Commune.**

L'ASSISTANT(E) DE VIE

c'est un(e) assistant(e) social(e) qui :

- **écoute** la demande, les besoins, les attentes
- **accompagne** dans les démarches administratives
- **informe** des services existants qui peuvent améliorer votre quotidien
- **organise** avec vous un réseau d'accompagnement adapté à vos besoins
- **soutient** et accompagne les aidants proches
- **favorise** le maintien à domicile.


Anthisnes

Maud VERJANS

04 383 99 80 – 0488 40 03 95 – maud.verjans@anthisnes.be

 COMMUNE DE
MARCHIN

Aurélien CONSTANT

085 270 449 – aurelien.constant@marchin.be

 CPAS DE MODAVE

Coralie SCHROEDERS – Céline STOMMELINCK

085 413 698 – 085 270 340 – 085 270 342
coralie.schroeders@cpas-modave.be
celine.stommelinct@cpas-modave.be

 Commune de
Tinlot

Audrey SORNIN

085 241 690 – 0485 919 364 – audrey.sornin@tinlot.be