

# SEMAINE BLEUE

## FORUM DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES

Salle Georges Brassens à l'Isle d'Espagnac  
Vendredi 4 octobre 2023

### PROGRAMME DE LA JOURNÉE

#### En matinée, présentation des associations, structures

- 10h00 – *Discours d'ouverture du Forum par Michel ISSARD Maire de l'Isle d'Espagnac*
  - 10h10 – *Présentation des actions de l'association AAPEL*
  - 10h25 – *Présentation des actions de l'association AFC*
  - 10h35 – *Présentation de l'Association Présence verte*
  - 10h50 – *Présentation des activités séniors de l'UNA et de la Maison de Léa*
  - 11h05 – *Présentation des actions de l'ANR16*
  - 11h15 – *Présentation des dispositifs d'aide du CCAS*
  - 11h 30 - *Présentation de l'association ARDIS*
- 

#### L'après-midi, les ateliers inter actifs

- 14h00 - *Yoga sur chaise présenté par l'association sport16*
- 14h45 – *Atelier mémoire présenté par l'association l'UNA*
- 15h45 – *Qi Gong présenté par l'association sport16*
- 16h45 - *Atelier de sophrologie*
- 17h00 - *Remerciements et discours de clôture par Bouchra RAFIK Maire Ajointe à l'action sociale et la solidarité*

**ET EN CONTINU TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE :**

**DE NOMBREUX STANDS D'INFORMATION SUR  
TOUTES LES AIDES À DESTINATION DES SÉNIORS  
Café offert**

