ESPACE BERNADOU
VILLEMUR/TARN

cbe
Comité de Bassin d'Emploi du Nord Est Toulousain - Tarn

de 9h30 à 17h

Ateliers
Stands
Conférences

ENTREE GRATUITE

FORUM PRÉV'SANTÉ SENIORS

JEUDI 18 SEPTEMBRE 2025

- 64 avenue général Leclerc
- 738 chemin de Lisar

Restauration sur place

Val'Aïgo
Communauté de communes

Agence nationale de l'habitat Anah · Carsat Retraite & Santé au travail Midi-Pyrénées · Retraite complémentaire agirc-arrco · Conseil départemental Haute-Garonne · ars Agence Régionale de Santé Occitanie · L'Assurance Maladie · Mutualité Française · msa santé famille retraite services · cnsa Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie · Tarn Mon département · Bien vivre Tarn-et-Garonne Commission des Financeurs Bien vieillir • Habitat inclusif

FORUM PRÉV'SANTÉ SENIORS

18/09/25

PROGRAMME

ACCUEIL 9 H 30

CONFÉRENCES

10 H : BOUGER, UN ACTE DE PRÉVENTION AU QUOTIDIEN
Association ForM&Co

11 H : AMÉLIORER SON SOMMEIL, SOPHROLOGIE ET NUTRITION
Béatrice Lopez Sophrologue

14 H 30 : SI VOUS PRENIEZ VOTRE SANTÉ EN MAINS !
Centre de Prévention Agirc-Arrco de Toulouse

15 H 30 : PRÉVENTION ET PRISE EN CHARGE DE LA PERTE AUDITIVE
Philippe Guyon Audioprotésiste

ATELIERS

INSCRIPTION LE JOUR MÊME

9H30 : RÉFLEXOLOGIE PALMAIRE

10H30 : SE VIS TA MINER PAR LE YOGA DU RIRE

11H15 : JE ME SOUVIENS (ÉCRITURE)

12H : PRÉVENTION DES CHUTES

14 H : PRENDRE SA DISTANCE AVEC SES ACOUPHÈNES

15 H : RÉDUIRE L'ANXIÉTÉ PAR LA MÉDITATION

15 H 30 : LE PERINÉE EN MOUVEMENT !

16 H : PRÉVENTION DES CHUTES

Ateliers sur les stands toute la journée :

"Testez le simulateur de conduite !" et "Testez les bénéfices de l'appareillage auditif"

STANDS

VENEZ RENCONTRER TOUS NOS PARTENAIRES

PÔLE AIDES ET SERVICES AUX SÉNIORS ET AUX AIDANTS FAMILIAUX

AGIRC-ARRCO : ACTION SOCIALE ET CENTRE DE PREVENTION
CONSEIL DEPARTEMENTAL 31 MDS DE BOULOC : APA TELEASSISTANCE
CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE / FRANCE SERVICES ET CIAS VAL'AIGO
MSA MPS (LE MATIN) : ACTION SANITAIRE ET SOCIALE, ACCÈS AUX DROITS
PLATEFORME DES AIDANTS DE L'AFC

PÔLE SANTÉ

BOUSSAGUET MARIE : DIETETIQUE / GUYON AUDITION : VENEZ DÉCOUVRIR L'APPAREILLAGE AUDITIF / LOPEZ BEATRICE : SOPHROLOGIE ET NUTRITION / MAISON SOA : SOPHROLOGIE ET RÉFLEXOLOGIE

PÔLE PRÉVENTION

AU CŒUR DE LA PLEINE CONSCIENCE : MEDITATION / CBE DU NET TARN : LIEN SOCIAL - ATELIERS DE PRÉVENTION / CORNILLE FRANCOISE : ECRIVAIN PUBLIC / FORM&CO : ACTIVITES PHYSIQUES ADAPTEES / MANGE CORINNE : LA SANTÉ EN MOUVEMENT / MÉDIATHÈQUES DE BESSIÈRES ET DE VILLEMUR : LIRE AUTREMENT, LIRE EN ÉCOUTANT : TESTER NOTRE DAISY ! / SABARTHES CONDUITE : PRÉVENTION ROUTIÈRE / VIS TA MINE ARC EN CIEL : YOGA DU RIRE

FORUM PRÉV'SANTÉ SENIORS

18/09/25

MERCI À TOUS NOS PARTENAIRES

Marie BOUSSAGUET Diététicienne

Corinne MANGE Animatrice santé

Pour plus d'informations merci de contacter le CBE DU NET TARN

69 allée des écoles
31660 Bessières

05 62 89 07 70
contact@cbedunet.org

Le Born

Orgueil