

Stands

ADMR aide à domicile
Vivat Bailleul
ONELA être bien chez soi
Maison d'aide à domicile
Association Flandre Lys autonomie CLIC
Merci Bastien - formation aux outils numériques et internet
Julie ma petite vie - démonstration de matériel de cuisine
Taxi serenity - service de transport
Mondial assistance - la Téléalarme Nord
MEDILIVE - matériel médical
Mutuelle Moat
Groupe Prévoir
C'Fée pour toit - vide maison
Menus services - service de portage des repas à domicile
Ch'ti bio nature - alimentation bio aromathérapie
Eveil O'Naturel - naturopathe - conseillère en nutrition
Ergothérapie
Seniors en Nord - CAP 5 agence de voyages
Association Nieppe seniors
Association Nieppe je marche
Résidence autonomie Les Myosotis et CCAS Nieppe
EHPAD Marguerite-de-Flandre
AGIRC-ARRCO - caisse de retraite
Belle Notaires
Lions club - dépistage du diabète



1^{er} Forum seniors Bien vieillir à Nieppe



SAMEDI 13 AVRIL

SALLE
LINE RENAUD

10 H - 17 H

PROGRAMME

Organisation : CCAS de Nieppe
Renseignements et informations au 03 20 38 80 30
poleseniors@ville-nieppe.fr

Informations :
CCAS Nieppe
☎ 03 20 38 80 30



ENTRÉE GRATUITE

Conférences



- 10 h 30-11 h 15 « **Succession, donation et mandat de protection future** » par Sabine Lenfant, Belle Notaires.
- 11 h 30-12 h 15 « **Se mettre dans la peau d'un dépendant** » par Marie Durez, Groupe Prévoir.
- 14 h-14 h 45 « **Approche du bien vieillir** » par Philippe Descamps, ostéopathe.
- 15 h à 15 h 45 « **Le smartphone : véritable allié du quotidien** » par Bastien Ponce, coach informatique à domicile.

Démonstrations



- 11h 15 et 14 h 40
En mouvement par la gymnastique nieppoise
- 15 h 30 : danse country



Ateliers

- 11 h et 14 h 30 **Tous en cuisine**
par Rebecca
- 13 h à 17 h **Massages**
par les étudiants l'école de kinésithérapeute (IFMKNF)
- 10 h à 17 h **Massages** (mains et pieds)
Les massages de Jo par Joanna
- 10 h à 17 h **Soins du visage**
Art des Sens - Saint-Jans-Cappel par Pascal
- Fresque : participez à la **fresque florale**
proposée par Christophe
- Coiffure



Buvette et petite restauration sur place