

# Salon..... des Seniors

PROGRAMME ANIMATIONS



**JEUDI 14 AVRIL 2022**  
**10H00 - 18H00**

**Le MAS - Entrée libre**  
800, avenue de l'Europe  
77350 Le Mée-sur-Seine

leMée  
sur Seine



## **INAUGURATION**

À 11h00 dans la salle du MAS, les élus du Mée-sur-Seine et de Melun et des deux Centres communaux d'action sociale (CCAS) inaugureront le Salon des Séniors.

## **ANIMATIONS ET DÉMONSTRATIONS**

De nombreuses animations vous seront proposées tout au long de la journée sur la scène du MAS :

- **10h00 : gym douce** - Service des sports du Mée-sur-Seine
- **11h30 : Tai Chi** - Service des sports de Melun
- **12h00 : gym bien être** - MJC Le Chaudron
- **13h00 : activ'mémoire** - Retraite Sportive Melun Val de Seine ( RSMVS)
- **14h00 : yoga** - Service des sports de Melun
- **15h00 : Qi Gong** - Retraite Sportive Melun Val de Seine ( RSMVS)
- **16h00 : Tai Chi Chuan** - MJC Le Chaudron

## **CONFÉRENCES**

Plusieurs conférences compléteront ce programme.

- **10h30** : « Comment se sentir et être en sécurité ? ».

Intervention de la Police nationale.

- **14h30** : « Pour un accompagnement éthique du Grand âge au Groupe Hospitalier Sud Île de France ».

Intervention de l'Hôpital de Melun en présence du Docteur Aufaur.

- **15h30** : « Quelles mesures de protection existent pour me protéger administrativement, financièrement et juridiquement ? ».

Intervention ATSM (service de tutelles).

- **16h30** : « L'accompagnement à la perte d'autonomie pour favoriser le maintien à domicile ».

Intervention du Pôle Autonomie Territorial (PAT) de Melun.

**Visites commentées de la médiathèque : départ du hall d'entrée du MAS.**

- **10h00** ➤ **14h00** ➤ **15h30** ➤ **16h30**