



Organisé dans le cadre du Pôle Seniors

fsju

Le Printemps des **Séniors**

Révolution grise: réinventons la société

« **Battons en brèche les représentations
négatives à l'égard des séniors** »



Jeudi
22 Mai
à 9h15



Espace Rachi - Guy de Rothschild
39 rue Broca, Paris 5^e

Programme



9h15 : Accueil café.

9h45 : Mot de bienvenue, Richard Odier, directeur général du FSJU.

10h00 - 10h50 : « *Heureux comme un vieux en France* »

Interview de Jérôme Guedj, conseiller régional d'Île-de-France et député de l'Essonne, spécialiste des questions de santé et de vieillissement.

10h50 - 11h00 : Pause.

11h00 - 12h00 : « *La révolution de la longévité* »

Conférence de Serge Guérin, sociologue, Professeur à l'Insec GE, spécialiste des enjeux liés au vieillissement et à la «séniorisation».

Ouverture du Forum des associations dans la galerie

12h00 - 12h45 : « *Le premier jour du reste de notre vie* »

Table ronde : témoignages de trois séniors sur leur quotidien et leurs engagements.

12h45 - 14h00 : Déjeuner buffet

14h00 - 16h00 : **1 ou 2 ateliers au choix sur inscription individuelle**

1- Atelier prévention des chutes : « *le corps en équilibre* », animé par un enseignant en activité physique adapté, Association Int-Act.

2. Atelier expression corporelle : « *les cinq sens en action* », animé par Charlotte Arnould, danseuse, comédienne et bénévole Part'Âge.

3. Atelier diététique : « *il n'y a pas de mal à se faire plaisir* », animé par Golda Bloch, responsable Part'Âge, diététicienne nutritionniste.

4. Atelier numérique : « *un clic vers l'avenir* », animé par Philippe Ferrer- Solanes, informaticien et bénévole Part'Âge.

Espace conseil et information (14h00 - 16h30)

Trois travailleurs sociaux diplômés vous proposent un accueil individuel pour répondre à vos questions en matière d'aide et de dispositifs sociaux.

Inscription obligatoire - PAF 10€
partage@fsju.org ou 06 80 50 69 88