



CINÉ-SANTÉ

Bien vivre après 60 ans

GRATUIT

dans la limite des places disponibles

Pour vous
& vos proches

Action réalisée
dans le respect des
règles sanitaires
en vigueur.



MARDI 31 MAI

À 15h




**SAINT-LAURENT-
DE-NESTE**

Centre Culturel Maison
du Savoir, 4^{bis} avenue
des châtaigniers

Partenaires :



occitanie.mutualite.fr



Il n'y a pas d'âge pour prendre soin de soi. Les changements qui s'opèrent avec l'avancée en âge sont des étapes importantes de la vie. Comment maintenir un équilibre face à ces changements, repérer les signes de fragilité éventuels et préserver son autonomie ?

Un film : « Rose »

De Aurélie Saada

Rose, 78 ans, vient de perdre son mari qu'elle adorait. Lorsque sa peine laisse place à une puissante pulsion de vie lui faisant réaliser qu'elle peut encore se redéfinir en tant que femme, elle prend conscience que la vie vaut quand même le coup d'être vécue et sa transformation surprend toute la famille.

Un débat animé par un spécialiste

A l'issue de la projection, le **D^r Jean-Pierre SALLES**, chef du pôle gériatrie des Hôpitaux de Lannemezan, abordera la question du bien vieillir et l'intérêt de maintenir un équilibre face aux changements qui surviennent avec l'avancée en âge.

Et aussi...

De la documentation sera mise à votre disposition.



POUR ALLER PLUS LOIN

A l'issue du débat, vous pourrez vous inscrire à un cycle d'ateliers Bien Vieillir et/ou à un rdv prévention santé.