



Cette action vous est proposée dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie.

C'est autour d'une volonté de mutualiser les forces pour préserver l'autonomie des plus de 60 ans, que la CNSA a souhaité fédérer un ensemble d'acteurs, dont la Mutualité Française Occitanie, dans le cadre d'une conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie.

Ces acteurs s'engagent à agir pour sensibiliser les seniors aux clés du « bien vieillir » et apporter des réponses de proximité.

Action menée avec le soutien de la CNSA et de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie du Tarn-et-Garonne



Union régie par le code de la Mutualité - N° SIREN : 438 320 632 - Crédit photo : Adobe Stock. Ne pas jeter sur la voie publique.



CINÉ SANTÉ

Un temps pour votre santé

ENTRÉE GRATUITE



Action réalisée dans le respect des règles sanitaires en vigueur.



LES 3 ET 5 OCTOBRE 2022 De 14h30 à 17h30



MOISSAC CAUSSADE

Partenaires :



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 ? Nous vivons de plus en plus longtemps et la durée de vie en bonne santé devient un enjeu de société primordial. Comment préserver sa qualité de vie?

La Mutualité Française vous invite, dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie, à participer gratuitement à un ciné-santé suivi de bilans de santé afin d'adopter des comportements favorables au bien vieillir en prenant un temps pour soi.

## Programme

### Un film : *Braquage à l'ancienne*, de Zach Braff

Willie, Joe et Al, des amis de toujours décident de sortir de la retraite et, pour la première fois de leur vie, du droit chemin lorsque leur caisse de retraite devient une autre victime des grandes entreprises. Souhaitant à tout prix payer leurs factures et épauler leurs proches, ces trois amis de toujours risquent le tout pour le tout en tentant de voler la banque qui a siphonné leurs économies.

### Un débat animé par des spécialistes

La question du bien vieillir et de l'intérêt de maintenir un équilibre face aux changements qui surviennent avec l'avancée en âge sera abordée dans le cadre d'une conférence-débat animée par un spécialiste du vieillissement.

### Pour aller plus loin

Les participants pourront s'inscrire à des ateliers santé d'1h40 sur le « bien vieillir » pour permettre un accompagnement attentif et adapté à chacun, à travers la réalisation de tests, durant la semaine suivant les ciné-débats :

- Un test de vue réalisé par un opticien,
- Un test d'audition réalisé par un audioprothésiste,
- Une prise de tension et un dépistage du diabète réalisés par une infirmière,
- Un dépistage de la fragilité réalisé par une infirmière,
- Atelier aide aux aidants et accès aux droits : réponse à toutes vos questions concernant la santé et l'accès aux droits sociaux et les dispositifs de soutien et d'aides aux aidants.

## Intervenants

- Médecins de l'Équipe Régionale Vieillesse et Prévention de la Dépendance du Gérontopôle de Toulouse :  
**Aurélié ROUSTAN**, Praticien Hospitalier, Chef de Pôle SSR Gériatrie du Centre hospitalier de Montauban,  
**Laurin BRIGNOL**, Médecin Gériatre au Centre Hospitalier Intercommunal Castelsarrasin Moissac.
- Plateforme des aidants :  
**Marine CLAVAUD**, Infirmière prévention,  
**Damien LEMOUZY**, Coordonnateur des dispositifs.

## Dates et lieux

### CINÉ-SANTÉ

lundi **3 octobre**  
de 14h30 à 17h30

ENTRÉE  
GRATUITE

### MOISSAC

Cinéma Concorde  
19 Bd Pierre Delbrel

merc. **5 octobre**  
de 14h30 à 17h30

### CAUSSADE

Passion Cinémas  
32, rue des Récollets

### ATELIERS

vend. **7 octobre**

### MOISSAC

Espace Confluence  
18 Avenue du Chasselas  
Forum Santé de la semaine bleue

merc. **12 octobre**

### CAUSSADE\*

\*LIEU  
précis  
communiqué  
lors de  
l'inscription

ATELIERS  
**GRATUITS**  
SUR INSCRIPTION\*

**05 34 44 33 20**  
(9h-12h30 / 13h30-17h  
du lundi au vendredi)