



FORUM « BIEN VIEILLIR CHEZ SOI »

Pour tout savoir sur l'adaptation ET l'amélioration de son logement



UNE CONFERENCE :

« la Prévention des chutes et si on en parlait ! »

DES STANDS, DES ANIMATIONS

Suivis de 2 ateliers « Habiter mieux »

Jeudi 25 Mai 2023 de 14H00 à 17h00

Salle Polyvalente - rue de la Poste - 11350 TUCHAN

Renseignements: Espace Seniors Corbières Minervois - 04.68.27.89.80

Transport possible pour les habitants de Paziols et Tuchan (se rapprocher de votre Mairie)

Pour les autres communes, consultez le site Mobil'Aude

PROGRAMME DU FORUM DU JEUDI 25 MAI 2023 DE 14H00 à 17h00 :

➔ 14h00 : ALLOCUTIONS DE BIENVENUE

- Madame Kattalin FORTUNE Conseillère départementale de l'Aude
- Madame Béatrice BERTRAND Maire de Tuchan et Vice-Présidente de la Communauté de Communes Corbières Salanque Méditerranée

➔ **Présentation** de l'Espace Seniors Corbières Minervoises et du programme de l'après-midi:

- **CONFERENCE** : « la Prévention des chutes et si on en parlait...? » par l'Association Ma vie.
- **STANDS ET ANIMATIONS**
 - Offres de services des caisses de retraite MSA, CARSAT, AGIRC ARRCO.
 - Atelier équilibre et activité physique adaptée (Association Ma vie).
 - Stands d'information de l'ADIL (Agence Départementale d'information sur le Logement), du CAUE (Guichet Rénov Occitanie), du SLIME (Service local d'intervention pour la maîtrise de l'énergie), d'Oc'teha (Mon coach Eco Logis), de représentants de la direction de l'Autonomie du département de l'Aude (Espace Seniors, service APA), des organismes d'assistance aux projets travaux (ADGI Aude et SOLIHA), Service d'aide à domicile du SIVOM des Corbières

➔ 16h45 : **CLÔTURE** avec un goûter offert aux participants.

VOUS SOUHAITEZ PLUS D'INFORMATIONS ? INSCRIVEZ VOUS AUX 2 ATELIERS « HABITER MIEUX » LES 1^{er} et 8 JUIN, Foyer Jean Jaurès, Place de la République à TUCHAN

Jeudi 1^{er} Juin de 14h30 à 16h30

Atelier 1 : Adapter mon logement

pour continuer à vivre chez moi en sécurité

Pour rencontrer les structures susceptibles de vous accompagner, et de vous informer sur les aménagements utiles et les aides pour financer les travaux d'amélioration.

Jeudi 8 Juin de 14h30 à 16h30

Atelier 2 : Avoir un logement plus performant sur le plan énergétique

Qui solliciter pour m'accompagner dans la réalisation de travaux de rénovation énergétique ? Identifier les aides auxquelles je peux prétendre

Conseils pratiques : maîtriser mes énergies, les éco-gestes, ...

