



FORUM

Bien vivre Bien vieillir

Séniors · Porteurs de handicap · Proches aidants

ESPACE JEAN FERRAT
JEUDI 25 SEPTEMBRE 2025
GRATUIT · 9H30/17H

Exposants
Animations
Ateliers
Conférences
Food trucks



Renseignements
05 45 65 85 40





« Le forum **Bien vivre, bien vieillir**, organisé par le CCAS avec le soutien précieux des services municipaux, illustre notre engagement constant pour une ville plus solidaire, inclusive et attentive aux besoins de chacun. Cette journée représente l'aboutissement d'un travail collectif visant à informer, accompagner et proposer des solutions concrètes adaptées à tous. Une occasion unique de rencontrer des experts, d'échanger avec des professionnels et de découvrir les nombreuses initiatives locales dédiées à l'amélioration de la qualité de vie des plus âgés. L'engagement du CCAS dans cette démarche témoigne de sa volonté de répondre aux défis du vieillissement avec bienveillance et efficacité. Je vous invite à participer nombreux à cet événement essentiel pour renforcer les liens de solidarité au sein de notre commune. »

Annie MARG, Maire-Adjointe de Ruelle sur Touvre, Actions sociales et solidarités

PROGRAMME

CONFÉRENCES

Accès libre, sans inscription

10h30/11h15



Conférence-débat

Alimentation et nutrition.

ASEPT intervenant Philippe ROUSSEAU

11h30/12h15

Conférence-débat

Accompagnement de la personne âgée et de la personne handicapée. MHIA

15h/15h45

Conférence-témoignage

Association Valentin HAÛY

16h/17h

Diffusion du court-métrage « Un regard pour deux »

La compréhension du déficit sensoriel du handicap visuel.
Association Valentin HAÛY

9h30/10h15



Mini conférence

L'art d'aider et révéler les talents cachés des aidants.

La maison de L.É.A

(Lieu d'Écoute pour les Aidants)

Diffusion du film

« Tendre Mémoire »



13h15/13h45



ATELIERS

Accès libre, sans inscription

Activités physiques adaptées :



Tir à l'arc

Les Archers de la Touvre
9h30-17h | Gymnase



Tennis

Tennis club de Ruelle
9h30-17h | Gymnase



Gym douce

20 minutes
10h30 et 14h | Gymnase



Séance de Yoga
sur chaises - 1 heure
Claudine GARGUILLO
15h | Gymnase



Véhicule Ma maison A'venir

9h30-17h | Place du Champ de Mars



Dépistage optique et audition

9h30-17h | Salon

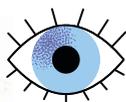
Atelier mémoire

Véronique DEPELOUAN
9H30-17H | Salon



Animation pédagogique et ludique

Pour sensibiliser aux risques de chutes et à l'adaptation
nécessaire du logement pour bien vieillir chez soi.
10h-11h et 14h-15h | Salon



Accompagnement pour les malvoyants

Locomotion et présentation de la technique
universelle de guidage, l'évocation du braille et
des nouvelles technologies. 9h30-17h | Gymnase



Prévention santé

Animation autour de l'éducation à la santé.
9h30-17h | Salon

STANDS

Résidences/EHPAD/Foyers...

- Résidence Domitys « La Canopée »
- Résidence « Soleil de Soyaux »
- Résidence services séniors « Montana »
- EHPAD « La Citadelle »
- EHPAD « Les Jardins de la Garenne »

Maintien à domicile

- DAC Plateforme Territoriale d'Appui 16 (conseil et orientation)
- SIRC · Syndicat intercommunal de restauration collective de Ruelle sur Touvre
- La Poste
- Assistance au Parcours de Vie 16 (handicap)
- Allovie [téléassistance]
- Présence verte [téléassistance]

Organismes publics, mutuelles, associations

- MDPH · Maison Départementale des Personnes Handicapées
- MDS · Maison Départementale des Solidarités de Ruelle sur Touvre
- Conseil départemental de la Charente
- CCAS de Ruelle sur Touvre
- Movibus
- MBA Mutuelle communale
- Mutualité française
- Écouter voir
- Association Valentin HAÜY
- France Alzheimer Charente



Pour se restaurer

Food trucks

- La Créaola : spécialités réunionnaises
- Ma cuisinière Bien aimée : burgers, salades, soupes, desserts
- La Paillotte : gauffres, churos, crêpes sucrées, paninis
- ARA Association Riffauds Animations : café, boissons chaudes

Organismes proches aidants

- La maison de L.É.A
- Una 16/86
- La plateforme des aidants

Aménagement de l'habitat

- GIP Charente
- Ma maison A'venir
- Mon habitat individuel adapté
- Soliha
- ADIL 16

