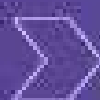




DÉPARTEMENT
DES ALPES-MARITIMES



FORUM BIEN VIVRE SA RETRAITE

Ouvert aux jeunes de
plus de 60 ans



Entrée
libre

VENDREDI 2 OCTOBRE 2026



De 10h00 à 16h00



Salle Charvet

ROQUEFORT-LES-PINS



ATELIERS DE PRÉVENTION ET D'INFORMATIONS

- Informations droits et démarches (santé, retraite, logement),
- Tests et dépistages gratuits,
- Alimentation, activité physique adaptée,
- Initiations et découverte santé/bien être



Information / inscription :

Accueil du CCAS

Tél. : 04.92.60.35.00



MAISON
DE L'AUTISME

Centre de ressources



Commission des financeurs

de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées



DÉPARTEMENT
DES ALPES-MARITIMES

06

FORUM BIEN VIVRE SA RETRAITE



AU PROGRAMME

INSTITUTIONS

- » Mutualité Française Provence-Alpes-Côte D'azur
- » Conseil Départemental 06 / Mon voisin 06 / MDA
- » CCAS Roquefort les Pins
- » CPTS des Collines de Valbonne
- » MSP des Collines
- » Relais Club des Aidants
- » Association Equilibre Azur
- » Gala Arts et Cultures
- » Soliha 06
- » CPAM 06
- » AGIRC/ARRCO conseils retraite
- » CARSAT
- » Sécurité Routière des Alpes-Maritimes

SANTÉ / DÉPISTAGES

- » Dépistage diabète et tension artérielle
- » Information sur les dépistages des cancers (CRCDC SUD PACA/ Institut MOZART)
- » Dépistage visuel - Audio
- » Ergothérapeute
- » Diététique + Vélo à smoothie
- » PEP 06 Analyse de la marche et risque de chutes
- » Les Insatiables alimentation durable
- » Sport santé Equilibre et prévention des chutes
- » Gestes des premiers secours
- » Marche Nordique

BIEN-ÊTRE & VIE QUOTIDIENNE

- » Shiatsu
- » Sophrologie, détente et relaxation
- » Automassage
- » Yoga
- » Vie affective et épanouissement personnel
- » Voyage Virtuels et culturels
- » Laboratoire d'Art Numérique
- » Santé par le chant

ATELIER D'INITIATION AU THÉÂTRE

