

Une journée pour bien vieillir ouverte à tous

Vendredi, le domaine les Edelweiss a accueilli la première journée du bien vieillir organisée conjointement avec le Service de soins infirmiers à domicile (Ssiad).

Cette journée a eu pour objectif de proposer aux seniors du bassin un temps de prévention autour du bien vieillir à travers différents ateliers. Ces derniers sont au nombre de quatre sur les thèmes de l'alimentation animé par le Ssiad, de l'équilibre encadré par deux kinésithérapeutes, le réveil corporel pris en charge par une association et la place de la pharmacie de ville dans la prévention animée par une pharma-

cienne.

Le temps du repas de midi a également été l'occasion de découvrir de nouvelles saveurs autour d'un buffet réalisé par le cuisinier du domaine. L'après-midi, le thème retenu a été "la vie associative dans la communauté". Deux associations, Loisir solidarité retraite (LSR) et l'Amicale des retraités du bassin clusien, se sont déplacées pour aborder le sujet avec les personnes présentes.

Cette journée était en accès libre pour tous les seniors voulant s'informer sur les possibilités et les attitudes à avoir pour bien vieillir. À midi une cinquantaine de personnes étaient inscrites au repas.

Après la présentation de la journée par Karine Deluermoz, responsable du Spad, et Catherine Richard, directrice générale les Seréniales, Damien Poudrille, directeur du domaine, a conclu en expliquant que l'objectif de cette journée était bien de donner les outils aux seniors pour « garder la forme et l'autonomie au maximum ».

Isabelle CORBEX

Damien Poudrille, directeur du domaine, Catherine Richard, directrice générale les Seréniales, Karine Deluermoz, responsable du Spad et Alain Perillat, président du Spad sont à l'initiative de cette journée. Photo Le DLJ.C

