Detail Actualité

28 juillet 2014 - 06 : 15

30/09/2010

Les Jeudis des Seniors à Brest : une série de neuf conférences ouvertes à tous

Solidarité / Proximité

L’antenne CLIC de Brest (Centre Local d’Information et de Coordination), en collaboration avec l ’Office des Retraités Brestois, organise un jeudi par mois des conférences à l’attention des seniors. Parmi les thèmes abordés : les loisirs, l’audition, le sommeil… et les arnaques !

Au total, neuf conférences sont programmées d’octobre 2010 à juin 2011 au sein de deux résidences brestoises pour personnes âgées (Saint-Marc et Louise Leroux). Ces conférences sont ouvertes à tous et ne sont donc pas destinées uniquement aux personnes vivant dans les résidences.

Les Jeudis des Seniors ont pour objectif jouer un rôle de prévention mais également de favoriser une vie sociale au sein des quartiers. Les conférences débats poursuivent donc les objectifs suivants :

- Informer les retraités, les familles,
- Favoriser le « bien vieillir »,
- Prévenir la perte d’autonomie,
- Favoriser le lien et les échanges,
- Ouvrir les établissements pour personnes âgées à la population
- des quartiers.

L’entrée aux conférences est libre et gratuite. Le prochain rendez-vous des Jeudis des Seniors se déroulera le 7 octobre de 15h à 16h30 à la résidence Louise Leroux (20 rue de Maissin à Brest). La thématique abordée sera celle des loisirs.

Quelques thèmes évoqués dans les prochains mois :

- L’audition : les troubles de l'audition liés au vieillissement, la prise en charge thérapeutique
- Les arnaques : quelles sont les arnaques les plus fréquentes (démarchage à domicile, clauses abusives …) ? Comment éviter les escroqueries ? Quelles sont les règles de prudence ?
- Le sommeil : le vieillissement a-t-il des répercussions sur le sommeil ? Quelles sont les recommandations pour mieux dormir ?
- La grand-parentalité : qu’est-ce qu’un grand-parent ? Quel est le rôle d’un grand-parent ?

En savoir plus

Le programme complet des Jeudis des Seniors de Brest (pdf)