

# Prévention **seniors**



## **Programme d'animations**

**décembre 2022 • avril 2023**

Gratuit • Pour les plus de 60 ans

**Vie et** communauté  
de communes  
**Boulogne**

# Edito

Vie et Boulogne compte aujourd'hui près de 10 000 habitants de plus de 60 ans, soit 1 sur 5. L'allongement de la durée de la vie, la place et le rôle des personnes âgées sur notre territoire ainsi que la solidarité intergénérationnelle sont autant d'enjeux qu'il nous faut relever.

De nombreux services existent pour vous informer sur vos droits, vous accompagner dans votre vie quotidienne à domicile ou en structure, et vous proposer des activités diverses et variées.

Depuis 2018, la Communauté de communes Vie et Boulogne propose des actions de prévention à destination des seniors en complément des communes, CCAS, clubs seniors, organismes retraite, mutuelles...

Parcourez le nouveau programme d'animations pour la période de décembre à avril 2023 : sortie culturelle, actions d'éducation routière, conférence sont proposées. À vos agendas pour venir partager avec d'autres ces moments conviviaux.



**Delphine Hermouet**  
Vice-Présidente en charge  
de l'action sociale



**Guy Plissonneau**  
Président de la Communauté  
de communes Vie et Boulogne

Toutes les activités se dérouleront dans le respect des règles sanitaires en vigueur



## Pièce de théâtre **Suzanne**

**Le mardi 13 décembre\* - 15h**

**Théâtre des Arts à la Genétouze**  
**Collectif l'Improbable**

La rencontre, en mars 2020, de Camille, 28 ans, et de Suzanne, 78 ans, les conduit à élire domicile dans un même gîte. Un virus va les contraindre à cohabiter, les empêcher de sortir, de se déplacer. Drôle et sensible, la pièce de théâtre aborde sans tabou la problématique de l'isolement des seniors à travers une rencontre improbable de 2 générations que tout oppose !  
Humour, poésie et tendresse rythment ce spectacle qui transporte le public à travers une fiction tellement réelle.

\* Le centre social Solidavie propose également ce spectacle au printemps 2023.

**i** **Sur inscription**  
[preventionseniors@vieetboulogne.fr](mailto:preventionseniors@vieetboulogne.fr)  
**02 51 98 51 21**



## Les seniors au volant

# Stages de sensibilisation à la conduite

“ Allez-y en toute humilité et sans complexe !\* ”

Le service éducation routière de la communauté de communes propose des **stages de sensibilisation à la sécurité routière**, en partenariat avec les communes, l'association Prévention routière et la Préfecture.

Animés par des professionnels et des bénévoles, les stages permettent de se mettre à jour sur la réglementation et d'adapter la conduite à son âge. Ces stages ont vocation à accompagner les participants dans leur mobilité, dans une approche conviviale, sans jugement ni examen.

## Déroulement

Trois demi-journées conviviales avec **deux séances théoriques** en salle, puis **une séance pratique**.

\* Témoignage de participant



## La théorie

- **Actualisation des connaissances** liées à :
  - la réglementation,
  - la signalisation,
  - l'évolution des infrastructures routières.
- **Prise de conscience des capacités de conduite de chacun** pour prolonger l'autonomie au volant
- **Sensibilisation à l'éco-conduite**

## La pratique

- **Essai d'un simulateur de conduite** afin de sensibiliser au respect des règles de conduite, l'anticipation, le temps de réaction...
- **Analyse des situations de conduite**
- **Contrôle préventif sur les véhicules**
- **Parcours de sensibilisation aux effets de la somnolence et de l'alcoolémie**
- **Conduite sur un véhicule** boîte automatique en situation réelle



## Sessions 2023

### Théorie

- 9 et 10 février à Apremont
- 13 et 14 février à Beaufou
- 16 et 17 février à Grand-Landes

### Pratique

- 27 février au 4 mars au Poiré-sur-Vie

**i** Sur inscription [preventionseniors@vieetboulgne.fr](mailto:preventionseniors@vieetboulgne.fr)  
02 51 98 51 21



**Les seniors au guidon**

# Initiez-vous au vélo à assistance électrique !



“  
**Une matinée  
conviviale,  
avec des  
conseils  
et de la  
pratique\***  
”

Une matinée pour connaître les règles de sécurité, s'initier, et partir en balade accompagnée.

Découvrez les atouts de la pratique du vélo à assistance électrique : continuer à bouger et faire de l'exercice avec facilité, vous déplacer autrement qu'en voiture pour vos petits déplacements...

Après une partie théorique et un moment pour prendre en main le vélo, une balade de 20 minutes, accompagnée, vous invite à vous familiariser et apprécier la pratique !

**2 ateliers prévus en avril,  
aux vacances scolaires  
à Bellevigny et à Maché**

**i** Sur inscription  
[preventionseniors@vietetboulgne.fr](mailto:preventionseniors@vietetboulgne.fr)  
02 51 98 51 21



**Conférence  
sensibilisation AVC**

## Informer pour prévenir

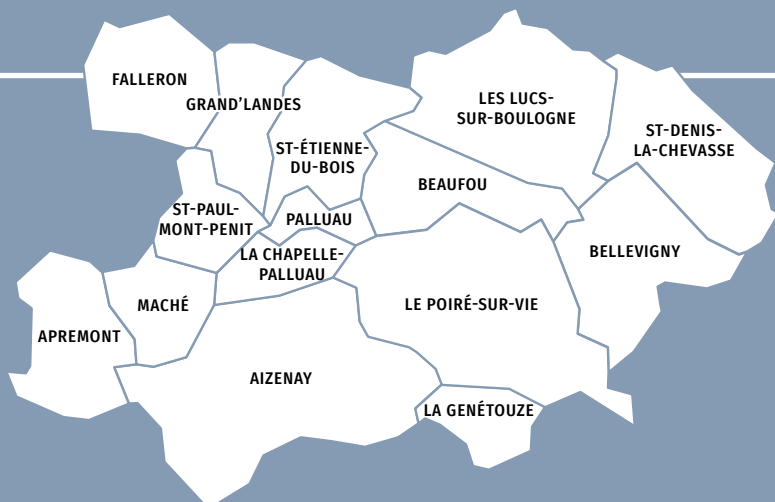
En France, l'accident vasculaire cérébral ou AVC concerne chaque année, près de 150 000 nouveaux cas, soit un toutes les quatre minutes. Lors d'un AVC, chaque minute compte.

La conférence animée par une infirmière coordinatrice de la filière AVC 44-85 permet de sensibiliser le grand public sur l'avant, le pendant et l'après, ainsi que sur les facteurs de risques. Elle sera ponctuée de témoignages et d'échanges avec la salle.

**Mardi 28 février à 15h  
Salle des 4 Rondes à Aizenay**

**Mardi 7 mars à 18h30  
Salle Rabelais à  
Saint-Denis-la-Chevasse**

**i** Accès libre • **Tout public**  
Sans inscription



### **Théâtre**

**LA GENÉTOUZE** 13 déc. 2022

### **Conférence AVC**

**AIZENAY** 28 février 2023

**SAINT-DENIS-LA-CHEVASSE** 7 mars 2023

### **Les seniors au volant**

**APREMONT, BEAUFOU ET GRAND'LANDES** Février – mars 2023

### **Les seniors au guidon**

**BELLEVIGNY ET MACHÉ** Vacances d'avril 2023

### **RENSEIGNEMENTS OU INSCRIPTIONS**

France services

02 51 98 51 21

preventionseniors@vieetboulagne.fr

Directeur de publication : Guy Plissonneau, Président • Rédaction : Services de la CCVB  
Création graphique : KolK.fr • Photos : AdobeStock, CCVB, Marion Leuwers  
Impression : Imprimerie Jauffrit • Nov. 2022