

La huitième édition des journées seniors se prépare

Les 8 et 9 novembre, la municipalité organise, au Palais Neptune, deux journées destinées à proposer aux seniors conseils et activités pour « bien vieillir ». 72 partenaires sont mobilisés

S'il y a un rendez-vous que les seniors ne doivent pas manquer, c'est bien celui de la huitième édition des journées seniors.

Elle sera organisée les 8 et 9 novembre au Palais des congrès Neptune.

«Elles s'inscrivent dans le cadre de la politique menée par la Ville en matière de solidarité et du développement des partenariats en faveur des seniors», souligne d'emblée Dominique Andréotti, adjoint aux solidarités.

Toutes les activités sont proposées pour rassembler, animer, conseiller les seniors pour bien vieillir et se retrouver ensemble car «*la pire des choses, le pire des moments, c'est la solitude*», rappelle, pour sa part, le maire Hubert Falco.

Plus de 72 partenaires sont mobilisés

Centrées sur les domaines du bien-être et des loisirs, ces deux journées vont permettre d'offrir aux seniors conseils, idées et bon plans en privilégiant le bien vieillir et en favorisant le maintien des liens sociaux.

La mobilisation de nombreux partenaires (25 de plus que l'année dernière) permet de donner une ampleur particulière à cette manifestation organisée autour de huit pôles thématiques (lire notre



Les journées seniors ont été présentées hier en mairie d'honneur par Dominique Andréotti, adjoint aux solidarités, en présence du maire, Hubert Falco, de plusieurs élus et des responsables du service animation seniors qui coordonne ce rendez-vous important et incontournable.

(Photo D.U)

encadré).

Les seniors pourront, notamment, s'initier gratuitement à de nouvelles disciplines en matière de relaxation, soins de beauté, du corps ou de l'esprit, tester de nouvelles activités sportives, projeter leurs loisirs culturels ou leur envie de voyager.

Cela passe aussi par une alimentation saine et équilibrée : des conseils sur les thématiques du bio et de l'équitable sont inscrits au programme et les seniors pourront goûter du miel issu de ruches toulonnaises.

Le cadre de vie et le «*mieux habiter chez soi*» ne seront pas en reste. Les partenaires présents prodigueront assistance et conseils pour avancer dans des projets de rénovation énergétique ou d'adaptation du logement pour y vivre plus confortablement et plus longtemps.

Se retrouver autour de deux moments festifs

Un thé dansant sera organisé le jeudi 8 novembre après-midi, tandis que le lendemain c'est le spectacle Indi Show, mêlant magie du cabaret et tradition indienne, qui sera proposé.

Un grand jeu est aussi inscrit au programme avec de nombreux lots à gagner

DANIEL URBAN

■ 8 pôles thématiques

- Culture, loisirs, voyages, rester en forme
- Service Proximité/Habitat
- Droits/patrimoine/Santé
- Prévention/Sécurité
- Retraite Citoyenne (associations/Bénévoles)
- Esthétique/Bien-être
- Développement durable
- Gourmandise.

