

**22 MAI 2015**  
**Maison de Pays de Nyons**  
**10h > 17h**



MAISON DE PAYS - PROMENADE DE LA DIGUE - 26110 NYONS



**Parc naturel régional des Baronnies provençales**  
 info@baronnies-provencales.fr  
 04 75 26 79 05



**Résage 26**  
 coor.resage26@gmail.com  
 06 42 07 32 12

entrée  
 libre &  
 gratuite

Ateliers  
 Conférences  
 Stands



**Bien vieillir**  
**en Baronnies**  
**provençales**  
*... et chez soi*

CONCEPTION VÉRONIQUE PITTE, DIE.

**4**  
**Stands  
d'information  
toute la  
journée**

Aménagement du domicile, aides financières, soutien aux aidants, motivation à l'hygiène bucco-dentaire, services aux personnes handicapées, téléassistance, soins palliatifs, services d'accueil des personnes âgées, portages des repas à domicile, troubles de la mémoire, présentation de différents services et structures existants sur le territoire...

**Conférences**

**2**

**GRATUIT**

**•10h15**

**Alzheimer – troubles de la mémoire**

Martine BERGER-SABATIER, médecin

*Comment prendre en charge les troubles cognitifs pour un meilleur maintien à domicile ?*

**•14h**

**La télémédecine**

Fabien HAREL, comité d'expansion des Hautes-Alpes, et Christophe ALOISIO, directeur ADMR des Hautes-Alpes

*Qu'est-ce-que la télémédecine apporte aux usagers ?*

**•15h**

**Consommation médicamenteuse**

Bruno MAZERES, pharmacien

*Quel bon usage des médicaments lors du vieillissement ?*

**•16h**

**Une bonne nutrition pour une bonne vieillesse**

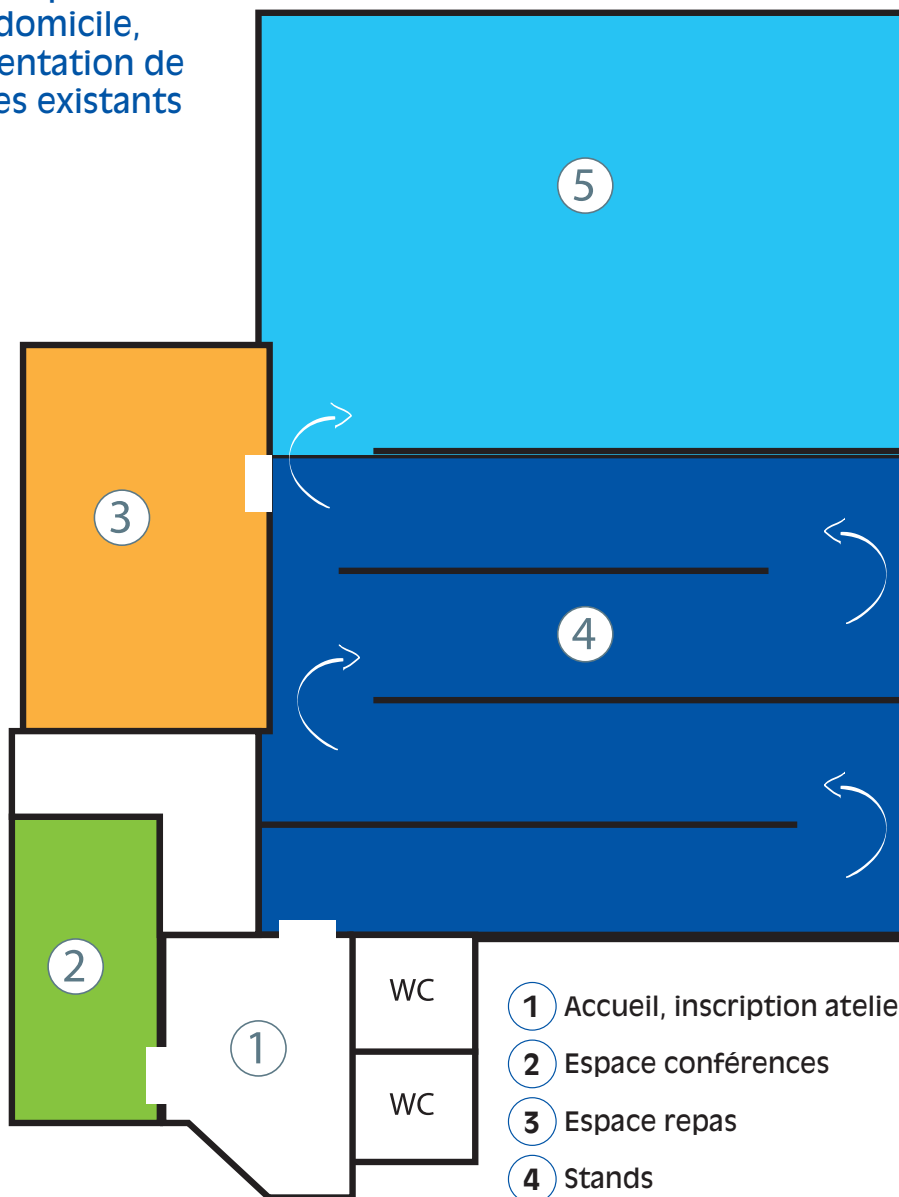
Lucie MARTINEZ, diététicienne-nutritionniste au Centre hospitalier de Valréas

*Quelle juste nutrition pour la personne âgée ?*

**3**

**10h>17h**

**Petite restauration  
(payante)**



- 1** Accueil, inscription ateliers
- 2** Espace conférences
- 3** Espace repas
- 4** Stands
- 5** Ateliers et espaces détente

**GRATUIT**

**Ateliers** **5**

**Rester debout**

avec l'Hôpital de Nyons et de Buis-les-Baronnies.  
*Intervention de kinésithérapeute et ergothérapeute*

**Mémoriser pour bien vieillir**

avec la MSA et le CARSAT. *Volet prévention et atelier sur la mémoire pour muscler ses neurones*

**Rester zen**

avec la MSA et le CARSAT. *Conseils et jeux pour apprivoiser le stress*

**Mieux manger, c'est bien vivre**

avec une diététicienne de Nyons et la MSA.  
*Apprendre à moins saler, sucrer, manger moins gras en s'amusant*