



COMMUNIQUE DE PRESSE

Laval, lundi 20 février 2023

L'espace France services de Laval Agglomération – pôle Loiron organise en partenariat avec plusieurs partenaires une journée sur le thème "Bien vieillir"

L'espace France services de Loiron propose aux habitants du territoire des actions d'informations et de prévention dans les domaines de la vie quotidienne, afin de faciliter la mise en relations avec les acteurs locaux.

C'est dans ce cadre qu'est organisée une **journée sur le thème du "Bien vieillir" jeudi 2 mars 2023 au théâtre Les 3 chênes à Loiron-Ruillé :**

Accompagner les aînés dans leur maintien à domicile le plus longtemps possible est une préoccupation pour les collectivités. Avec le vieillissement de la population (1/3 des Français âgés de plus de 60 ans prévu d'ici 2060), le nombre des personnes en perte d'autonomie augmente, notamment en Mayenne.

Les progrès médicaux favorisant la santé jusqu'à un âge avancé et beaucoup font le choix de rester à leur domicile afin de garder une certaine autonomie. Ces personnes et leur proches doivent pouvoir connaître les interlocuteurs vers qui se tourner, les aides humaines, techniques et financières auxquelles prétendre afin de pouvoir trouver des soutiens.

Cette journée est composée de deux temps :

- une **conférence "Les clés d'un bon sommeil"** à 10h00

Animée par le Dr Catherine Bouté de l'UC-IRSA, cette conférence permettra aux participants, d'être informés, d'échanger sur le fonctionnement du sommeil et de trouver des pistes d'actions pour améliorer celui-ci.

- un **théâtre-forum "Imaginons collectivement des solutions pour le quotidien des séniors"** à 14h00, proposée par la troupe "L'envers de l'art".

Contact presse :

Fabien BLANCHARD : fabien.blanchard@agglo-laval.fr

06 22 73 96 65

Les acteurs mettront en scène des situations de la vie quotidienne des seniors et de leurs proches en faisant intervenir le public à des moments clefs. A l'issue de la pièce de théâtre, les participants pourront rencontrer et échanger avec des partenaires locaux ayant pour mission l'accompagnement des seniors et/ou de leurs aidants.

C'est le cas de l'Association Missions de Soutien, d'Accompagnement, d'Insertion et d'Orientation, créée par la MSA Mayenne-Orne-Sarthe, qui a élaboré un projet visant à prévenir la perte d'autonomie des personnes âgées, dans sa dimension physique et sociale.

Ce projet est soutenu par l'Association Santé, Education et Prévention sur le territoire des Pays de La Loire, (Association de Prévention des caisses de retraite) et par la Conférence des Financeurs de la prévention et de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Mayenne.

Ces deux actions sont gratuites et ouvertes à tous, **sur inscription** auprès de l'espace France services.

au 02 43 02 19 31

ou par mail à franceservices.loiron@agglo-laval.fr

L'espace France services de Loiron est un lieu d'accueil, d'information et d'accompagnement gratuit, situé à proximité des habitants du territoire.

France services offre la possibilité aux habitants :

- d'obtenir des informations et d'être accompagné dans leurs démarches administratives.
- d'être initié à l'utilisation des outils numériques.
- d'être accompagné dans la mise en relation avec des partenaires/acteurs du territoire.