

Participez **gratuitement**  
à une, deux ou trois  
sessions animées par  
des professionnels  
du Grand Âge.

**Au programme :**  
discussions, ateliers et  
échanges conviviaux autour  
d'un verre.

## DÉTAILS DU PROGRAMME ET INSCRIPTIONS



04 72 36 39 14



[www.omeris.com/si-on-en-parlait](http://www.omeris.com/si-on-en-parlait)

AVEC LE SOUTIEN DE :



MÉTROPOLE

GRAND LYON



NUTRISENS\*

# BIEN VIEILLIR À DOMICILE, SI ON EN PARLAIT ? 3 RDV thématiques



La compagnie  
de **Louis**

SERVICES & MAINTIEN À DOMICILE



**Préserver  
les fonctions  
cognitives**

**15 novembre 2023  
18h - 20h30**

**Présentation et échanges**

Docteur Alexis LEPETIT,  
Psychiatre Gériatre  
**De la prévention à la gestion des  
troubles du comportement**

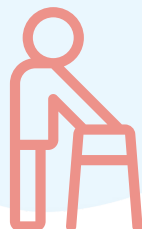
**Atelier Mémoire**

Stéphanie HERRBACH, fondatrice  
d'**HELPY**, solutions digitales,  
ludiques, adaptées et rassurantes  
pour recréer du lien entre les  
aînés et leurs proches



**Métropole Aidante**

292 Rue Vendôme, 69003 Lyon



**Maintenir  
la mobilité**

**29 novembre 2023  
18h - 20h30**

**Présentation et échanges**

Romuald VELOSO  
Enseignant en Activité Physique  
Adaptée (EAPA)  
**Prévenir les chutes à domicile**

**Atelier Mobilité**

Marie BERNARD  
Psychomotricienne  
**Mise en pratique & astuces  
pour se relever du sol**



**Chez Daddy Perrache**

66 Cours Suchet, 69002 Lyon



**Prévenir  
la dénutrition**

**6 décembre 2023  
18h - 20h30**

**Présentation et échanges**

Sylviane PARAVY,  
Directrice Hôtellerie Restauration  
Achats  
**Bien manger chez soi**

**Atelier Goût / Dégustation**

Barbara VALLA  
Diététicienne - Psychonutritionniste  
**NUTRISENS**



**COGEDIM Club - Berthelot**

78 Rue Saint-Jérôme, 69007 Lyon