

Les informations importantes collectées lors de la journée « Bien Vieillir » du jeudi 11 octobre 2018

Pour les déplacements :

- « Le réseau proximiti » a mis en place 4 lignes de transport : en direction du CHAL au départ de Pers Jussy, de la Roche sur Foron, de Bonneville et de Saint Jeoire.
- Ce service peut être utilisé comme un service de bus classique.
- Il est possible d'utiliser un service de transport à la demande qui dessert les communautés de communes du Pays Rochois, de Faucigny Glière et d'Arve et Salève.

Les horaires, les tarifs et les modalités d'utilisation sur le site
<https://proximiti.fr/>

Les opticiens à domicile :

- Où vous voulez, quand vous voulez ... Rendez vous 7 jours sur 7, les week end et les jours fériés
- Déplacement gratuit, devis gratuit, contrôle de la correction, choix, fabrication dans leurs laboratoires.

Vous pouvez bien sur consulter le site internet
<https://www.lesopticiensmobiles.com/>

Mais également Alexandra CALERO au 07 86 94 93 03
Son mail est acalero@lesopticiensmobiles.com

La vaccination :

- Savez vous qu'il y a 0 (zéro) cas de poliomyélite en France depuis 1977 et 0 (zéro) cas de variole dans le monde depuis 1977.

Les services du Conseil Départemental étaient présents, vous pouvez consulter les sites : <https://www.lesopticiensmobiles.com/>
et <https://www.mesvaccins.net/>

Les nutritionnistes :

- De nombreuses recettes et les conseils de professionnels.
- Comme moi, vous avez connu le « lait de poule », véritable remède miracle toujours d'actualité.

Je vous invite à trouver la recette et la liste des bienfaits à l'adresse
<https://www.toutpratique.com/3-Sante/5907-Lait-de-poule-.php>

Le vélo d'appartement du XXIème siècle :

- Il fallait venir pour le voir et l'essayer,
- Véritable jeu vidéo pour papy et mamy et même grand papy et grand mamy.
- J'ai vu la maman d'une bénévole âgée de 94 ans heureuse de sa balade en forêt et d'avoir retrouvé ses sensations de jeunesse.

Notre association partenaire le SPAD qui gère l'accueil de jour à Vougy commence à préparer son Conseil d'Administration à son achat.

Semaine Bleue

Alimentation parlons en
Alimentation équilibrée, prévention de la dénutrition animé par une diététicienne

Les actions en faveur des aidants
Maison de répit du Mont Blanc

Atelier équilibre
Animé par un kinésithérapeute

Des services de proximités
Equipe médico-sociale C.D
Portage de repas, opticiens à domicile, Proximity ...

La vaccination Parlons en

La santé Bucco dentaire

Présentation de Cycleo

Les métiers du domicile
Quels professionnels en fonction de mes besoins ?

Objets connectés et santé
Harmonie mutuelle

« JOURNÉE BIEN VIEILLIR »

LE JEUDI 11 OCTOBRE 2018

9H30 — 16H30

ACCÈS GRATUIT

Salle de l'Agora

42 Avenue de la Gare - 74130 BONNEVILLE

Infos

04 50 98 40 48 / accueil@spadf.org

