DESCRIPTION DES ATELIERS

**8 MODULES**

 SONT À VOTRE DISPOSITION POUR VOS ACTIONS A L'ATTENTION DES SENIORS *(RETRAITES ET PRÈS RETRAITÉS)*

****

**LE BÉNÉVOLAT POUR BIEN VIEILLIR**

Être bénévole pour bien vieillir.
Se sentir utile et se faire plaisir.

**PRÉVENTION DES ACCIDENTS DE LA ROUTE DES SENIORS**

Continuer à conduire en toute sécurité.
Prendre conscience des risques liés au vieillissement. Actualiser ses connaissances.

**PRÉVENTION DES ACCIDENTS DE LA ROUTE DES PIÉTONS**

Prendre conscience des risques liés au vieillissement et adapter son comportement aux déplacements sur la voie publique.

**AIDE A L'ACCÈS AU NUMÉRIQUE**

Communiquer avec ses proches et faciliter les démarches administratives.

**PRÉVENTION DES ARNAQUES**

Savoir identifier toutes les formes d'arnaque et en parler avant qu'il ne soit trop tard.

**PRÉVENTION DES ACCIDENTS DOMESTIQUES**

Vieillir, comporte des risques.

Les connaître et les prévenir.

Agir sur son environnement pour préserver son autonomie.

**BIEN GÉRER SON BUDGET**

Faire face à la diminution de ces revenus en adaptant ses dépenses.

Éviter ainsi la menace du surendettement.

**ATELIER MÉMOIRE**

Cultiver sa mémoire sous forme ludique et interactive.