



## DOSSIER DE PRESSE

# moisenior

bien vieillir dans l'Aude

avec l'appui des Espaces Seniors  
du Département de l'Aude



## Un 1<sup>er</sup> programme de cinq ans PLÉBISCITÉ PAR LES SENIORS AUDOIS

---

Un bout de balcon, un carré de jardin, l'odeur de son café le matin, un cadre photo dans son couloir... Être chez soi fait partie intégrante de notre identité et contribue à préserver notre intimité et notre bien-être. Pas étonnant que 80 % des Français souhaitent rester chez eux le plus longtemps possible, et en pleine forme !

**Vieillir à la maison, dans un cadre que l'on connaît et que l'on chérit, est un désir fort, exprimé par la majorité de nos concitoyens.**

Au cœur des territoires, et particulièrement dans l'Aude, les professionnels poursuivent leurs efforts pour structurer une offre préventive à la perte d'autonomie. Une offre cohérente, quantitative et qualitative, dont la réussite repose notamment sur la capacité à créer et à coordonner des synergies entre acteurs publics et privés.

**Le département de l'Aude, dont le taux de vieillissement est élevé, est particulièrement dynamique en matière d'actions de sensibilisation auprès des plus de 60 ans.** En réunissant ses partenaires au sein de la Conférence des Financeurs pour la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA), il a établi un premier programme coordonné d'actions de prévention pour 2017-2021. Sa cible : les seniors et leurs proches aidants.

Le succès des projets réalisés ces cinq premières années est avéré. **Ateliers et conférences ont largement été plébiscités par une population qui prend conscience de l'importance de la prévention pour lui permettre de vivre le plus longtemps possible en autonomie.**

Le bilan de ce premier plan pluriannuel est donc une réussite et les perspectives encourageantes dans le soutien à la vitalité du territoire audois. **Le nouveau programme coordonné 2022-2026 a été adopté le 4 octobre 2021.**

**80 %**

**des Français souhaitent rester chez eux  
LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE  
ET EN PLEINE FORME.**

## La Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA)

### Une gouvernance au plus près des réalités territoriales

Jusqu'en 2015 en France, de nombreux dispositifs coexistaient en matière de prévention. Cette diversité d'initiatives - émanant de l'État, des collectivités locales, de l'assurance maladie, des caisses de retraite, des mutuelles, des associations ou d'acteurs privés - nécessitait cependant d'être coordonnée, dans le respect des prérogatives de chacun.

C'est pourquoi la loi n°2015-1776 d'Adaptation de la Société au Vieillessement (ASV) du 28 décembre 2015 a institué dans chaque département français une Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA).

**Logement, santé, retraite : elle réunit l'ensemble des acteurs de proximité contribuant à la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de 60 ans et plus, afin de construire une politique commune.**



Présidée par le président du conseil départemental et vice-présidée par le directeur général de l'Agence régionale de santé (ARS), chaque instance départementale élabore un programme pluriannuel décliné en plans d'action annuels financés par une dotation de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA).

#### DES OBJECTIFS STRATÉGIQUES ET OPÉRATIONNELS AMBITIEUX

- > Partager un diagnostic sur les besoins et l'offre pour apporter une réponse plus efficiente.
- > Apporter de la cohérence dans les offres déployées sur un même territoire.
- > Donner une meilleure lisibilité et accessibilité des actions au public cible.
- > Rentabiliser les moyens humains et financiers tout en valorisant les initiatives les plus judicieuses.
- > Optimiser la bonne utilisation des financements en juste lien avec les besoins du territoire.

## LA CFPPA DE L'AUDE



présidence



vice-présidence



**Autonomie des seniors** | **Aude**  
Conférence des financeurs

La CFPPA de l'Aude rassemble

le Département de l'Aude,  
l'Agence Régionale de Santé (ARS) Occitanie,  
l'Agence Nationale de l'Amélioration de l'Habitat (ANAH),  
la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA)  
la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail (CARSAT),  
la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM),  
la Mutualité Sociale Agricole (MSA),  
les institutions de retraite complémentaire (AGIRC/ARRCO),  
la Mutualité française Occitanie,  
des collectivités territoriales,  
des Établissements publics de coopération intercommunale (EPCI) volontaires.

## SES MISSIONS

- > Établir un diagnostic partagé et identifier les besoins non couverts sur le territoire audois.
- > Proposer un programme coordonné autour d'une stratégie concertée tenant compte des enjeux nationaux et locaux autour de la prévention et de la perte d'autonomie.
- > Élaborer et mettre en œuvre les plans d'action annuels : actions collectives de prévention, information et sensibilisation, soutien à l'autonomie par les aides techniques.

*“ La prévention est un maillon essentiel pour répondre aux défis démographiques de la société et accompagner le vieillissement en bonne santé de la population.”*





## Dans l'Aude, vivre chez soi, oui... MAIS EN PLEINE FORME et en toute autonomie !

**Au regard de sa démographie et de son taux de fragilité, le Département de l'Aude se pose en chef de file en matière de politique en faveur des personnes âgées.**

La prévention de la perte de l'autonomie est, un effet, un enjeu majeur dans la politique sociale menée sur son territoire. En activant les partenariats et en fédérant acteurs et projets autour d'un objectif commun, la CFPPA de l'Aude joue un rôle essentiel dans le dynamisme local.

Grâce à sa coordination, elle contribue :

- > à créer de la co-construction et faire émerger de la nouveauté pour proposer des actions attractives et didactiques ;
- > à accroître les moyens dans une logique transversale ;
- > à consolider les initiatives et garantir leur faisabilité dans la durée ;
- > à améliorer le niveau de sensibilisation et de communication de proximité dans le domaine du bien-être et du bien vieillir.

# #moisenior

Un programme de prévention d'une ampleur inédite pour un département rural.

En 2017, le programme de prévention de la CFPPA de l'Aude se concrétise autour de l'élaboration du programme #moisenior.

Son leitmotiv : centraliser l'offre à destination des seniors en attribuant des moyens opérationnels là où les besoins les plus forts sont identifiés pour :

- > anticiper et préparer le passage de la vie active à la retraite,
- > préserver le plus tôt possible leur capital autonomie,
- > prévenir les pertes d'autonomie évitables.



## FEUILLE DE ROUTE 2022-2026

- 1 Amendement du diagnostic des besoins des personnes âgées de 60 ans et plus résidant sur le territoire départemental et recensement des initiatives locales.
- 2 Sur cette base, définition d'un programme d'actions de prévention pluriannuelles.
- 3 Lancement des appels à projets auprès des acteurs locaux pour les actions collectives de prévention, mise en relation et coordination des partenaires, soutien au déploiement des actions, suivi des financements.

?

Dans notre culture française, et audoise en particulier, nous n'avons pas l'habitude d'attacher

de l'importance à la prévention.

On s'inquiète de soi seulement lorsqu'on a une alerte, un souci...

Notre conviction : plus on anticipe, plus on agit tôt et plus la vie sera sereine plus longtemps.

Le programme #moisenior, c'est la concrétisation de cette conviction. Prévenir la perte de l'autonomie sur des thématiques transverses le plus tôt possible : c'est efficace ! Cela permet de rester en bonne santé le plus tard possible.

**Vanessa Xueref**

Chef de service

Prévention et Espaces Seniors

Département de l'Aude

ENVIRON

1M€

de dotation

budgétaire annuelle

## Coordination d'actions collectives d'ultraproximité

### LA FORCE AUDOISE !

---

Grâce à cette nouvelle organisation autour de la CFPPA, les nombreuses initiatives audoises qui existaient parfois de manière isolée retrouvent une cohérence dans leur déploiement, là où les besoins sont les plus prégnants.

Pour les différentes parties prenantes, **le programme #moisenior représente désormais un socle commun, un catalyseur de synergies, dans lequel**

**chacun apporte son expertise dans une logique d'intelligence collective.**

La vision partagée est panoramique, les mises en œuvre très précises. Cinq ans après son lancement, **#moisenior** a prouvé qu'il était un programme vivant, dynamisant pour les porteurs de projets locaux et plébiscité par le public cible.

---

# #moisenior

## Les facteurs clés de réussite

**La coordination efficiente d'une multitude d'actions et d'événements**

Le Département apporte son ingénierie de projet dans la réalisation opérationnelle des actions de prévention.

Les synergies intelligentes se développent, les moyens s'amplifient, les projets se structurent, s'enrichissent, se professionnalisent, les

offres sont plus attractives et mises en valeur.

**Un maillage très fin du territoire**

Déceler les besoins au plus proche de la population cible fut déterminant.

Les cinq Espaces Seniors du Département confirment leur rôle indispensable de relais de proximité dans cette identification autant que



dans le co-déploiement avec les acteurs publics et privés.

### Une viabilité de l'offre sur l'ensemble du territoire

Fortes du succès de certaines actions, des communes pérennisent tout ou partie du programme avec leurs propres financements. Conséquences bénéfiques à double titre : une contribution à faire mieux vivre les associations locales autant qu'à proposer aux seniors une offre durable.

## 2021, UNE NOUVELLE ANNÉE FACE À LA CRISE,

### DE NOUVELLES ORIENTATIONS EN PERSPECTIVES ?

La crise sanitaire a inévitablement fait émerger de nouveaux besoins, notamment sur des situations d'isolement social ou de rupture de parcours dans l'accessibilité aux soins des seniors et des proches aidants les plus démunis.

🗣️ *Dans un territoire rural comme le nôtre, nous étions déjà très vigilants sur ce sujet, rappelle Audrey Coudurier, directrice de l'autonomie du Département. D'où l'importance de proposer un programme d'actions variées et multithématiques pour soutenir la vie des seniors de manière régulière. Cela leur donne du rythme, les enrichit et les stimule intellectuellement, culturellement et socialement. Et naturellement, cela renforce l'estime de soi et leur bien-être.*

*Au-delà de l'intérêt du sujet de la conférence ou de l'atelier, ce que beaucoup recherchent c'est le lien social : ce sont autant d'occasions pour eux de se voir, de partager un moment, une expérience autour d'une préoccupation commune. C'est à la fois essentiel en terme de prévention et très consolidant en terme relationnel.*"



## Les appels à projets

# RESSOURCES REVITALISANTES du territoire !

---

**Aller là où il n'y a pas, aller vers ce qui n'existe pas encore ! Voilà qui pourrait résumer l'esprit du programme #moisenior. Audace, nouveauté, synergie : ces trois valeurs fortes soutiennent les appels à projets et l'élaboration de chaque plan annuel d'actions de prévention. En veillant toujours, évidemment, à mettre l'offre en adéquation avec le besoin.**

Un appel à projets est ainsi lancé chaque année dans le département pour faire émerger les initiatives les plus judicieuses portées par les acteurs privés et les associations. Celles-ci sont examinées par une commission de sélection dont les critères de valorisation et de priorisation sont réévalués annuellement au regard du bilan précédent.

Si le programme #moisenior vise à créer de la nouveauté via des synergies, le choix des projets s'avère exigeant sur la pertinence de la réponse au regard des besoins identifiés sur le territoire. Sans compter une vigilance forte sur l'utilisation et la bonne répartition des financements.

Au-delà de l'appréciation de la qualité et du caractère adapté des projets des candidats, le plan d'action annuel consolidé s'appuie sur :

> un repérage très précis des besoins,



notamment sur les zones blanches, en relation étroite avec les mairies. Ces dernières devenant actrices dans l'identification des besoins, elles renforcent leur implication dans l'accompagnement de certains porteurs de projets pour pérenniser des actions sur leur propre budget.

> la construction et la consolidation de projets adaptés au territoire. Certains projets ne répondant qu'à une partie du besoin ne seront pas retenus ou amenés à être retravaillés.

- > la capacité à fédérer des acteurs complémentaires sur un sujet particulier pour proposer une offre solide, attractive et pérenne.
- > un déploiement en coordination avec les cinq Espaces Seniors en fonction des critères de priorisation.



## DE CONCURRENT À PARTENAIRE pour faire émerger des actions novatrices et pérennes

L'un des atouts majeurs de la CFPPA de l'Aude réside dans sa capacité à favoriser la mutualisation des compétences entre porteurs de projets.

L'idée : se considérer comme partenaires pour transformer la concurrence en polyvalence et démultiplier l'offre au regard des moyens.

Cette posture différenciante de facilitateur et de mise en réseau contribue fortement au dynamisme du territoire et de ses acteurs économiques. L'enjeu en année suivante est, en effet, de pouvoir trouver des solutions de pérennisation au-delà des financements de la CNSA pour un maintien dans le territoire et un impact à long terme.

À plusieurs, l'objectif est généralement atteint ! Comme souvent, l'union fait la force...

## ÉQUIP'SENIOR

la technicothèque  
financée par la CFPPA de l'Aude

Piloté par l'Association des Paralysés de France et composé d'une équipe de professionnels, ce dispositif **favorise le maintien à domicile des personnes âgées et/ou en situation de handicap.**

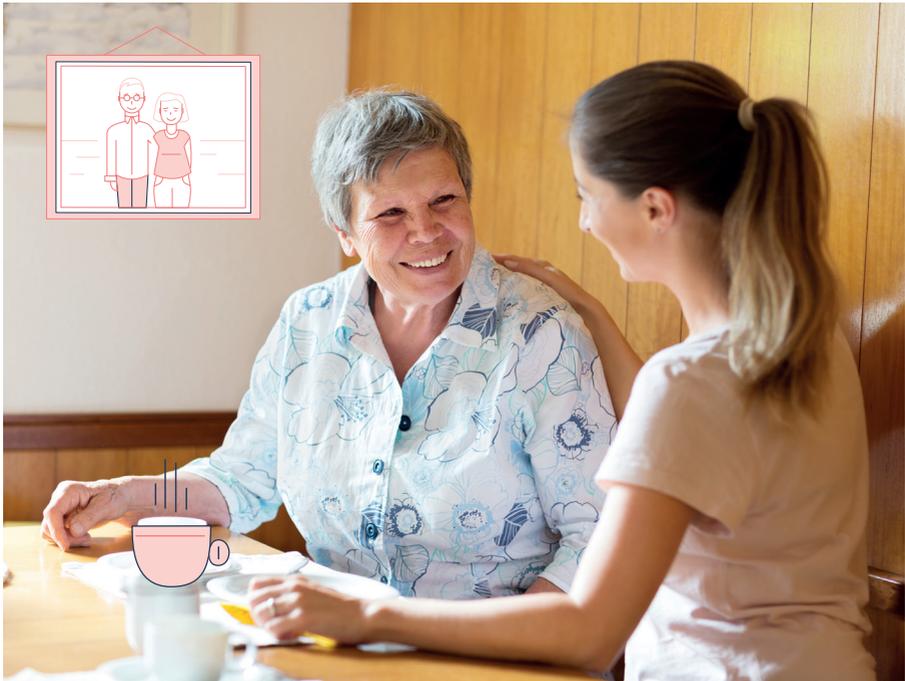
Si les critères sont remplis, ces dernières peuvent **bénéficier gratuitement d'un accompagnement personnalisé et d'aides matérielles** pour vivre mieux chez elles au quotidien.

> **Un(e) ergothérapeute** évalue à domicile les besoins et préconise les solutions techniques adaptées. Sont également envisagés des changements dans l'aména-

gement du domicile : supprimer des tapis de sol, déplacer les meubles encombrants qui se trouvent sur un passage...

> **L'équipe de la technicothèque** se charge ensuite de la commande du matériel et de sa prise en main.

> **Une conseillère en économie sociale et familiale** assure la recherche de financements auprès de l'APA, des caisses de retraite, mutuelles, sécurité sociale... pour réduire au maximum le reste à charge. En fonction de la situation, il est possible que le bénéficiaire n'ait rien à régler !



## Les Espaces Seniors

# UN CONTACT DE PROXIMITÉ INDISPENSABLE pour les aînés et leurs familles



Les Espaces Seniors sont des services de proximité du Département. De par leur implantation géographique et leur place centrale dans le périmètre spécialisé en gérontologie, ils coordonnent l'ensemble des actions en termes de prévention sur leur territoire (CFPPA, interrégime, associations de malades, etc.).

Leurs missions sont en parfaite adéquation avec le programme #moisenior.

### RELAIS ESSENTIEL DU PROGRAMME #moisenior

Particulièrement impliqués et concernés par les sujets du vieillissement, en lien étroit avec les plus de 60 ans, les proches aidants et les partenaires, les Espaces Seniors jouent un rôle déterminant pour sensibiliser, communiquer et innover autour du déploiement des actions de prévention sur l'autonomie déployée par le programme.

Ce sont eux qui garantissent notamment la faisabilité des actions sur les territoires :

- > participation au diagnostic des besoins et à la construction du plan d'action annuel,
- > analyse des dossiers de candidature issus des appels à projets annuels,

- > accompagnement des porteurs de projet en favorisant les partenariats entre acteurs locaux,
- > relais de communication et de promotion des actions de prévention via la lettre d'informations des Espaces Seniors.

### ÊTRE PRÉCURSEUR DANS LE BIEN VIEILLIR REDONNER DU SENS À LA PRÉVENTION

En tant que lieu d'accueil et d'information, dont l'accès est entièrement gratuit, ils accompagnent, renseignent et orientent les seniors, leur entourage, les professionnels de la gérontologie et les associations.



## Auprès des aînés : écoute et accompagnement personnalisé

Les Espaces Seniors proposent une permanence d'accueil physique et téléphonique pour les seniors et leur entourage, des personnes âgées isolées, des professionnels de la gérontologie et des associations

Les Espaces Seniors délivrent une écoute personnalisée en toute confidentialité pour informer sur les droits, les prestations, orienter vers les services internes, les dispositifs ou organismes susceptibles de répondre aux besoins dans le respect des choix de vie et des compétences de chacun. Enfin, un accompagnement individualisé et gratuit est proposé.



Les seniors qui participent à une conférence ou un atelier dans le cadre du programme #moisenior prennent conscience de l'importance de prioriser leur santé par la prévention.

Ce qui les emmène beaucoup plus facilement à franchir la porte d'un Espace Seniors pour se renseigner davantage.

## Auprès des aidants : un accompagnement spécifique

Information, groupe de parole, soutien psychologique individuel... : des actions collectives et individuelles sont régulièrement proposées aux proches.

Objectif : être informé et soutenu pour ne plus réagir dans l'inquiétude ou l'urgence, mais en préventif, en anticipation sereine.



## LES ESPACES SENIORS DU DÉPARTEMENT DE L'AUDE



Les proches aidants ont aussi besoin de se sentir écoutés et compris. En s'appuyant sur cette institution, ils prennent conscience de leur statut et de la fragilité que cela peut engendrer. Ils peuvent échanger en toute bienveillance avec un professionnel ainsi qu'avec des pairs sur cette situation si particulière, et souvent très éprouvante émotionnellement.



### ESPACE SENIORS DU CARCASSONNAIS

18 rue du Moulin de la Seigne  
11000 CARCASSONNE  
04 68 11 35 40  
[escarcassonnais@aude.fr](mailto:escarcassonnais@aude.fr)

### ESPACE SENIORS DU LAURAGAIS

49 rue de Dunkerque  
11400 CASTELNAUDARY  
04 68 23 71 90  
[eslauragais@aude.fr](mailto:eslauragais@aude.fr)

### ESPACE SENIORS DE LA MOYENNE ET HAUTE-VALLÉE DE L'AUDE

Maison du Département  
Av. André-Chénier  
11301 LIMOUX CEDEX  
04 68 69 79 60  
[esmoyenneethautevallee@aude.fr](mailto:esmoyenneethautevallee@aude.fr)

### ESPACE SENIORS CORBIÈRES-MINERVOIS

2 chemin de Cantarane  
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES  
04 68 27 89 80  
[escorbieres@aude.fr](mailto:escorbieres@aude.fr)

### ESPACE SENIORS DU LITTORAL

1 rue du Pont de l'Avenir  
11100 NARBONNE  
04 68 90 27 60  
[eslittoral@aude.fr](mailto:eslittoral@aude.fr)



# #moisenior

## TOUT UN PROGRAMME !

Ateliers informatiques, loto-santé, séances de yoga, formation aux gestes de premiers secours, cycle d'ateliers de stimulation de la mémoire...

Les seniors peuvent participer gratuitement au programme d'actions de prévention selon leurs envies, leurs aspirations, leur projet de vie, leurs besoins.

**UN ÉVENTAIL DE CONFÉRENCES ET D'ATELIER LUDIQUES, INTERACTIFS ET ENTIÈREMENT GRATUITS**

60 ans sensibilise les seniors sur leur santé et leur quotidien et les conduit à s'interroger sur leurs habitudes de vie.

Depuis cinq ans, l'organisation de conférences et d'ateliers pratiques et didactiques à l'attention des plus de

Animés par des associations et des structures mandatées par la CFPPA de l'Aude, ces événements dynamiques



et interactifs répondent à des exigences de qualité et d'expertise définies lors des appels à projets annuels.

Ils explorent un large panel de thématiques et abordent des sujets très divers autour de l'hygiène alimentaire, de l'activité physique, du bon usage des médicaments, des stimulations cognitives, des informations sur l'accès à leurs droits...

Régulièrement, chacun peut ainsi, gratuitement et sur simple inscription auprès de l'Espace Seniors de proximité, bénéficier de conseils précieux et d'astuces pour garder la forme, bien s'alimenter, retrouver un sommeil réparateur, travailler sa mémoire, mettre

à jour ses connaissances sur le Code de la route, autant que découvrir les secrets d'Internet !

Semaine après semaine, mois après mois, année après année, le nombre de bénéficiaires ne cesse de croître (voir page 21), confirmant l'intérêt et le bien-fondé de ces actions de prévention.

Car au-delà du caractère informatif, elles favorisent le maintien du lien social, soutiennent le bien-être et l'estime de soi, préviennent l'isolement et la lutte contre la dépression.



*Nutrition, activité physique, mémoire, équilibre...  
Les ateliers, conçus sous forme de cycles de plusieurs  
séances, apportent des conseils en prévention adaptés  
aux seniors selon leurs problématiques spécifiques."*

**Séverine Mateille**  
vice-présidente du Département en charge de l'autonomie

## SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Sensibilisation pour les piétons et les conducteurs, stages de remise à niveau, activités ludiques de prise de conscience des risques routiers.



## INFORMATIQUE

Appropriation des nouvelles technologies.



## VISION ET AUDITION

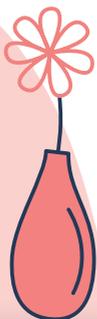
Actions visant à renforcer le dépistage de la surdité et de la déficience visuelle.



## SANTÉ ET SÉCURITÉ

Sensibilisation visant à éviter l'apparition, le développement ou l'aggravation de fragilités ou d'incapacités pour vivre le plus longtemps en bonne santé.

Formation aux gestes de premiers secours et à la prévention des accidents domestiques.



## ART THÉRAPIES

Art floral, écriture, dessin, peinture ou danse : ces moments permettent de se reconnecter à soi en écoutant son ressenti intérieur et en laissant s'exprimer émotions et sensations.

## HABITAT

Sensibilisation à la nécessité d'adapter le logement pour prévenir la perte d'autonomie.

## CULTURE

Sous l'angle ludique et interactif, pièces de théâtre et concerts favorisent des prises de conscience sans tabou.

## MÉMOIRE

Stimulation de la mémoire, valorisation de soi et de ses capacités expressives et cognitives.



# #moisenior

bien vieillir dans l'Aude

BILAN 2017-2021

**+ 700**  
actions déployées  
sur cinq ans

> soit 12 actions  
en moyenne par mois  
sur le département.

**6 940**  
BÉNÉFICIAIRES  
cumulés sur trois ans

PROGRESSION

**X 5**

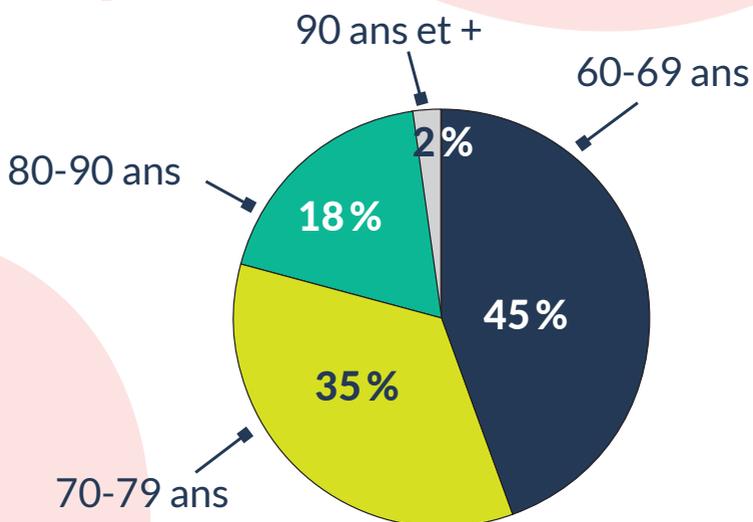
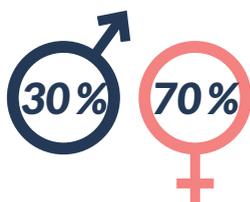
**495** usagers  
accompagnés par  
la technicothèque



**15 participants**  
*en moyenne par atelier*



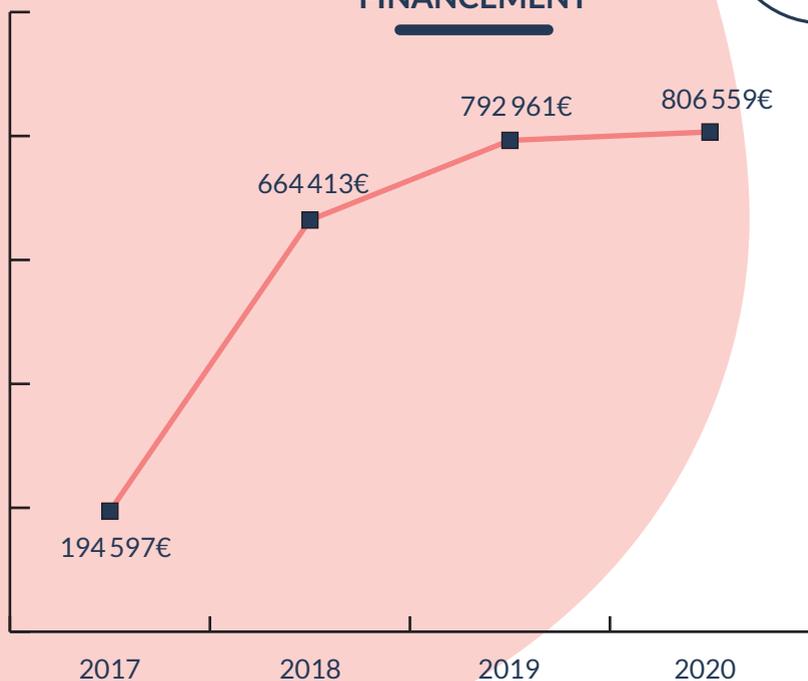
**100 participants**  
*en moyenne par conférence*



## Thèmes les plus prisés



### FINANCEMENT



# #moisenior

bien vieillir dans l'Aude

## PERSPECTIVES

150

*actions déployées  
en moyenne chaque année*

3 000

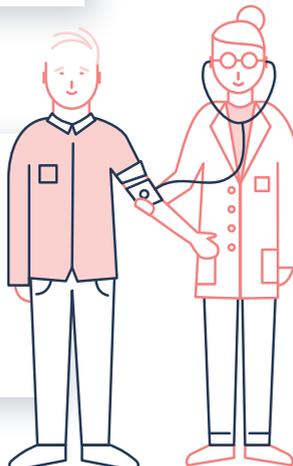
**bénéficiaires annuels**

En complément du site web [moisenior.aude.fr](http://moisenior.aude.fr), un site web [moiaidant.aude.fr](http://moiaidant.aude.fr) existe depuis novembre 2021, dans le but de : **centraliser l'offre locale à destination des aidants** pour prévenir leur épuisement et les informer de leurs droits et solutions de soutien (logistique, financier...) Piloté par le Département et l'UDAF, en co-construction avec le CIAFF et l'AGIRC ARRCO.

**Optimiser le repérage des fragilités le plus tôt possible et en plus grand nombre** grâce notamment à une application numérique d'autodiagnostic.

Un projet en cours de développement en partenariat avec le Centre du Bien Vieillir de Narbonne et dans le cadre du programme ICOPE implémenté par le Gérontopôle du CHU de Toulouse dans la Région Occitanie - Pyrénées/Méditerranée.

37% des Audois renoncent à des soins dont les seniors. **Favoriser l'accès aux soins** par des actions de communication grand public sur leurs droits et les dispositifs mobilisables.



**Renforcer le soutien des associations et des bénévoles**

en s'appuyant sur l'ingénierie de pilotage du Département.

# #moisenior

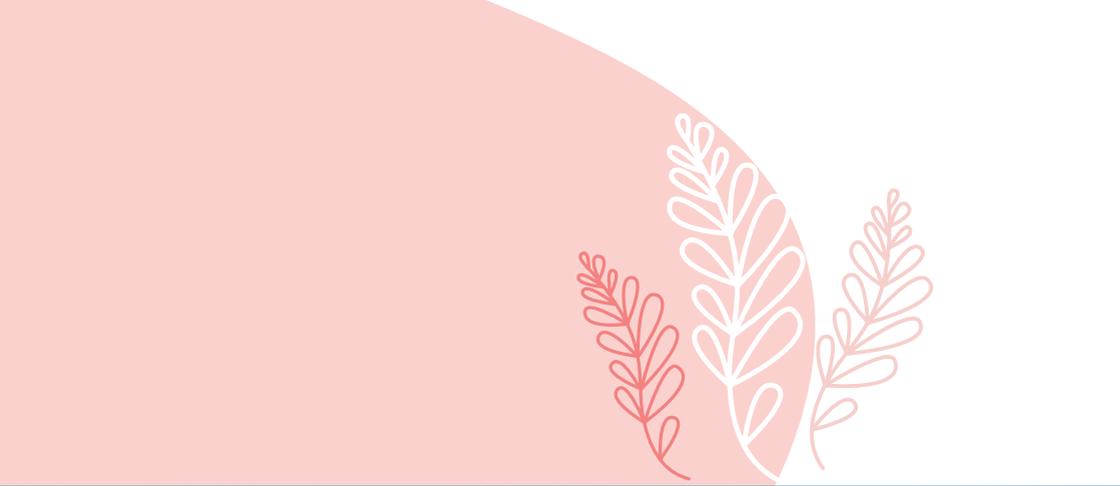
bien vieillir dans l'Aude

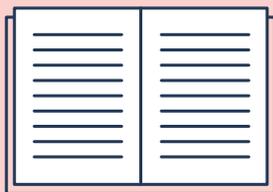
## UNE COMMUNICATION positive et rassurante

Le programme s'est doté d'une ambiance graphique dynamique, aux tonalités douces, qui apaise et contribue à dédramatiser les sujets abordés.

Dépliants, brochures, affiches, site Internet : la communication se veut résolument dans l'air du temps pour maintenir le plus longtemps possible un esprit jeune et alerte !







**moisenior**  
bien vieillir dans l'Aude

## Conférence - Débat

# La mémoire qui flanche !

Animée par :  
**Madame Geneviève Fruchier, ARCOPROD**

Une conférence suivie par la présentation des prochains ateliers mémoire.  
Un moment de partage et de convivialité

Nec vox accusatoris ulla licet subditici in his malorum quarebatur cervix ut saltem specie tenuis crimina praescriptis legum committerentur, quod aliquotiens. Ardeo, mihi credite, Patres conscripti (id quod vosmet de me existimatis et facitis ipsi) incredibili quodam amore patriae, qui me amor et subvenire

**DATE**  
**25**  
**janvier**  
**2018**  
—  
**14 h 30**

**LIEU**  
**Talairan**  
Mairie  
Avenue du Termenès

**INFOS**  
Entrée libre  
et gratuite

Proposé par  
**ArcoPROD**  
Autonomie & Dérive

En partenariat avec  
la commune de Talairan

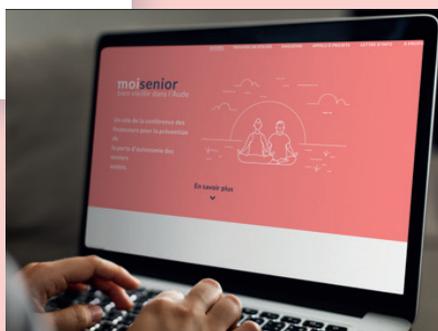
**Autonomie des seniors | Aude**  
Conférence des financeurs

## Un site internet POUR BIEN VIEILLIR

Sur [www.moisenior.aude.fr](http://www.moisenior.aude.fr), on accède en quelques clics à l'agenda des ateliers et conférences, triés par communes et par thématiques (quotidien, logement, mobilité, santé, loisirs). L'ergonomie est volontairement simple et très intuitive pour faciliter les recherches.

Dans la rubrique Magazine, des conseils pratiques, des actualités sur le bien-vieillir et des vidéos pour garder la forme sont également publiés régulièrement.

Le site s'adresse également aux professionnels et aux acteurs locaux du territoire avec une rubrique dédiée aux appels à projets de la CFPPA ainsi qu'un lien vers le dépôt des candidatures en ligne et une FAQ actualisée.





# moisenior

bien vieillir dans l'Aude

## CONTACTS

service prévention et espaces seniors  
04 68 11 06 91 - [vanessa.xueref@aude.fr](mailto:vanessa.xueref@aude.fr)

## CONTACT PRESSE

Pascal Poitevin  
directeur de la communication  
04 68 11 68 20 - [pascal.poitevin@aude.fr](mailto:pascal.poitevin@aude.fr)

## IMPRESSION

imprimerie départementale  
fév. 2022

