

ÉVÈNEMENT

# Forum Atout' Âge, cinq bons plans pour les seniors

CHARLEVILLE-MÉZIÈRES Le forum Atout' Âge se tient aujourd'hui encore au parc des expositions. Nous avons sélectionné quelques idées qui pourront vous servir.

## DESTINATION LES CANARIES

Le forum Atout' Âge, s'il fait la part belle aux activités liées aux seniors, est aussi l'occasion pour certaines entreprises de capter des clients. L'agence de voyages Prêt-à-partir attend des clients de pied ferme ce samedi.

« En ce moment, il y a encore des personnes qui cherchent des séjours pour les vacances de la Toussaint, même si les offres commencent à s'épuiser. Les gens cherchent le soleil. En ce moment, les Canaries marchent bien. Les gens vont au plus proche et au plus chaud. On a en deuxième position l'Espagne et aussi Djerba », explique la responsable du stand.

Les places disponibles dans les 47 maisons de retraite des Ardennes sont consultables sur le portail Via Trajectoire

## 2 MASSAGES BIEN-ÊTRE

Depuis peu Domicile Action 08 propose une nouvelle prestation appelée « animations stimulation ». Les auxiliaires de vie sociale ont ainsi été formées pour réaliser des massages de l'avant-bras, des jambes et du dos. Et aussi des massages avec une balle. « Ces massages permettent de calmer les angoisses des personnes âgées. Cette prestation peut être prise en charge dans le cadre du plan d'aide personnalisée à l'autonomie », explique l'association. Domicile Action 08 offre une multitude de services al-



Julie Baijot est apprentie Aux fleurs des Champs, qui propose des ateliers d'art floral sur le forum. A.J.

lant du jardinage au ménage.

## 3 OFFREZ UNE ÉCOUTE AUX PERSONNES SOUFFRANTES

L'association « Jusqu'à la mort

accompagner la vie » organise des Café-Deuil mais offre aussi une écoute aux personnes en souffrance. Ses membres se déplacent dans les maisons de retraite ou

dans les centres de santé. « Beaucoup de personnes font appel à nous mais on ne peut pas répondre à tout le monde car on n'a pas assez de bénévoles », explique Josiane Hubert,

présidente de l'association. Si vous voulez donner un coup de main à cette association, n'hésitez pas à appeler au 03 24 54 26 26. Chaque bénévole reçoit une formation de 40 heures d'un psychologue pour apprendre l'écoute. De plus, les écoutants se réunissent chaque semaine pour échanger.

## 4 ATELIER INFORMATIQUE

Le centre communal d'action sociale (CCAS) est aussi présent sur le site pour présenter ses multiples ateliers. « Nous souhaitons dépoussiérer l'image du CCAS. Ce n'est pas juste un bureau des aides sociales », explique Corinne Baudot, sa directrice. De nombreuses activités sont proposées aux seniors. Mais ce que les plus de 60 ans préfèrent, ce sont en premier lieu l'atelier informatique suivi des loisirs créatifs et des sorties.

## 5 TROUVER SA MAISON DE RETRAITE EN LIGNE

Grâce au portail Via Trajectoire, il est désormais possible d'avoir une photographie des offres existantes en termes de maison de retraite dans les Ardennes. « Le nombre de places dans les quarante-sept établissements du département est mis à jour chaque semaine. L'internaute peut aussi suivre en ligne l'avancée de sa demande », explique la responsable du stand. Ce portail est national mais il est en cours de déploiement dans les Ardennes. Le salon est ouvert à partir de 9 heures et jusqu'à 19 heures ce soir. ■

ARLYNE JEANNOT