



# www.seniors.aube.fr

## Un site d'information et de service, dédié aux seniors et à leurs proches



### De nombreux conseils et astuces pour « bien vieillir »

par thème, en cliquant sur les pictogrammes



Bien dans ma tête



Bien dans mon corps



Bien chez moi



Bien avec les autres

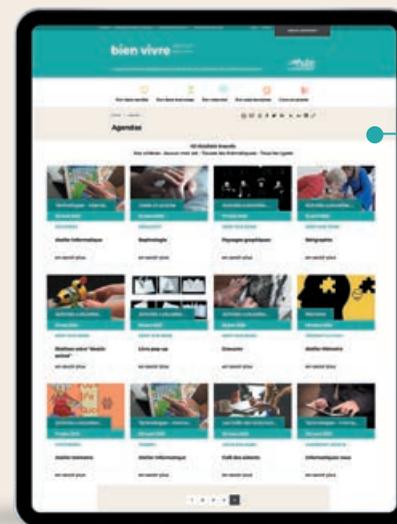


J'aide un proche



### Un agenda des ateliers/événements dans l'Aube

ateliers et rencontres organisés sur le territoire départemental : mémoire, activité physique, sécurité routière, nouvelles technologies, activités culturelles, stress, fatigue, soutien aux aidants...



### Un moteur de recherche

par thème, situation géographique, mot-clé, date...



### Une carte géolocalisée

avec zoom pour découvrir les ateliers proches de chez vous. Cliquez sur les activités qui vous intéressent pour accéder aux renseignements.



### Une information fiable, directement renseignée et actualisée par les acteurs de terrain, organisateurs :

réseaux de services à la personne, associations sociales, culturelles et sportives, résidences autonomie, maisons pour tous/centres sociaux, centres communaux d'action sociale, organismes de recherche...



### Des conseils et des ateliers dédiés aux aidants

qui, eux aussi, ont besoin d'être écoutés, soutenus et formés pour l'accompagnement optimal d'un proche en situation de perte d'autonomie.



### Un outil pratique, à consulter partout :

le site est adapté à tous les écrans pour pouvoir être consulté depuis un poste d'ordinateur fixe, un smartphone ou une tablette.

# A vos côtés

**Un site réalisé par  
le Département de l'Aube,  
chef de file de la politique  
en faveur des personnes âgées...**

Le Département agit à divers niveaux pour faciliter la vie des personnes âgées et de leurs proches. Notamment pour favoriser le maintien à domicile des personnes âgées, organiser leur hébergement si besoin ; veiller à leur information, à leur protection et à la qualité du service rendu...

**...dans le cadre de de la  
Conférence des financeurs de la  
prévention  
de la perte d'autonomie (CFPPA)**

---

**Département de l'Aube  
Pôle des solidarités**

Direction Autonomie  
Cité administrative des Vassaules  
CS 50770  
10026 Troyes Cedex

**Tél. :** 03 25 42 48 82  
autonomie@aube.fr

**seniors.aube.fr  
www.aube.fr**

(Santé-social / Personnes âgées)

in  

---