

Annecy, le 25 mai 2022

## SÉNIORS

---

### **Les Journées du bien-vivre et du bien- vieillir sont de retour les 2 et 3 juin prochains**

**Après deux éditions annulées en raison de la crise sanitaire, les Journées séniors reviennent les 2 et 3 juin au Météore sous le nom « Journées du bien-vivre et du bien- vieillir ».**

Ce rendez-vous organisé par la Ville d'Annecy, en partenariat avec de nombreuses associations et organismes locaux, offre l'opportunité aux séniors mais aussi à leur famille et à leurs accompagnants de s'informer, de découvrir des activités sportives, de loisirs ou de bien-être, des animations, de participer à des ateliers, d'assister à des conférences qui aborderont toutes les facettes du bien- vieillir (santé, alimentation, sommeil, mobilité, succession...).

---

*« Vieillir oui, mais en bonne santé et bien accompagné !  
Ces journées sont essentielles pour rappeler aux séniors qu'ils peuvent continuer à découvrir de nouvelles activités, se sentir accompagnés et appréhender de la meilleure façon possible cette phase de leur vie. Parmi les nouveautés de cette année, le yoga du rire, de la sophrologie ainsi qu'un atelier sur la fresque du climat, pour les sensibiliser eux-aussi aux conséquences du changement climatique. »*

**Karine Bui-Xuan Picchedda, maire-adjointe en charge de la santé,  
l'hygiène, du bien-vivre et du bien- vieillir**

---

Plus de 30 exposants seront présents autour des thèmes de l'aide au maintien à domicile, du sport et des loisirs, de l'accompagnement et de la solidarité, ou encore de l'écologie...

**L'ensemble des animations sont gratuites et ouvertes à tous.**

Le programme complet est à retrouver sur [www.annecy.fr](http://www.annecy.fr)