

## LE SERVICE TERRITORIAL AUTONOMIE (STA) Antenne MDPH

Le STA est un service de proximité du Département de Meurthe-et-Moselle.

Le STA vous écoute et vous informe sur vos droits et prestations liés au vieillissement et au handicap.

Il vous accompagne dans vos démarches administratives en vous aidant à remplir les dossiers correspondants (allocation personnalisée d'autonomie, dossier MDPH...)

### Maison du Département

3 Place de l'Hôtel des Ouvriers

54310 HOMECOURT

03 57 49 81 10 [stabriey@departement54.fr](mailto:stabriey@departement54.fr)

Accueil téléphonique : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.

Accueil physique à la Maison du Département à Homécourt sur RDV en contactant le 03 57 49 81 10.

Permanences mensuelles à Jarny, Audun-le-Roman, Briey et Piennes sur RDV en contactant le 03 57 49 81 10.

LA CONFÉRENCE  
DES FINANCEURS

DE LA PRÉVENTION  
DE LA PERTE  
D'AUTONOMIE

EN MEURTHE-ET-MOSELLE

# AVEC L'ÂGE, PRÉSERVONS DAVANTAGE NOTRE CAPITAL AUTONOMIE

PROGRAMME DES ACTIONS DE PRÉVENTION SÉNIORS  
2023 - 2024

TERRITOIRE DE BRIEY

### CONTACT

Service Territorial Autonomie  
Maison du Département  
3 place de l'hôtel des ouvriers  
54310 HOMECOURT  
03 57 49 81 10

## SOMMAIRE

• Mobilité / Se déplacer	Page	3
• Conduite et prévention routière	Page	4
• Aménagement / adaptation du logement	Pages	5
• Accompagnement au numérique	Page	6
• Bien-être et santé	Pages	7-8
• Stimulation de la mémoire	Page	9
• Activité physique adaptée	Page	10
• Conférence	Page	11

Un programme diversifié d'actions collectives de prévention, à proximité de votre lieu de vie, élaboré en partenariat avec les acteurs locaux pour vivre pleinement l'avancée en âge, prendre soin de soi tout en accompagnant un proche en situation de handicap ou de perte d'autonomie. Ces actions en direction des personnes âgées de plus de 60 ans sont soutenues par la Conférence des financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie de Meurthe-et-Moselle.

Retrouver également toute la programmation sur le site :  
Portail Bienvieillir : <https://www.pourbienvieillir.fr>

**Si vous souhaitez mettre en place des actions de prévention sur votre commune, vous pouvez contacter Sophie CUVILIER, Responsable du Service Territorial Autonomie, au Département de Meurthe-et-Moselle en écrivant à cette adresse :**

[scuvilier@departement54.fr](mailto:scuvilier@departement54.fr)

## CONFÉRENCE

### THÉÂTRE INTERGÉNÉRATIONNEL COMPAGNIE LE STRAPONTIN ROUGE

*Mise en œuvre d'une pièce de théâtre par un petit groupe composé de séniors de plus de 60 ans et d'ados de 13 à 17 ans. De la conception du scénario, l'écriture des dialogues à la composition des décors ou encore de la musique, création de costumes ; chacun pourra ainsi trouver sa place et agir selon ses envies, ses capacités et son savoir-faire. Le groupe est encadré par une troupe professionnelle qui saura guider et accompagner chacun des participants dans cette formidable aventure, améliorer et développer la créativité et l'imaginaire de chacun tout en mêlant les générations.*

### VAL DE BRIEY

*Inscription  
Mairie Val de Briey*

*03 82 47 16 00*

### DE SUEUR ET D'ACIER : LES SIDÉRURGISTES TÉMOIGNENT SANTÉ PAYS-HAUT - ARPA SAULNES-UNION LOCAL DES RETRAITÉS CGT

*Documentaire réalisé sur les métiers de la sidérurgie à partir de témoignages de sidérurgistes sur les différentes phases de fabrication de l'acier. Echanges intergénérationnels sur la mémoire de la sidérurgie dans un cadre convivial.*

### Programmation sur demande

*Contact  
03 82 25 25 93*



ATELIERS

**GYMNASTIQUE PRÉVENTION SANTÉ  
SIEL BLEU**

*En 40 séances, prévenir la perte musculaire, renforcer l'amplitude articulaire et améliorer l'équilibre statique comme dynamique.*

**AUDUN-LE-ROMAN**

*Inscription  
Mairie d'Audun-le-Roman*

*03 82 21 60 23*

**GYMNASTIQUE ECO SANTÉ  
SIEL BLEU**

*La gym Eco-santé allie la pratique d'une activité physique adaptée et la sensibilisation à l'éco-mobilité.*

**LABRY**  
Du 11/12/23 à juin  
octobre 2024  
Programmation  
sur demande

*Inscription*  
*Mairie de Labry*  
*03 82 33 14 74*  
*SIEL BLEU*  
*Andréa Nardi*  
*06 67 58 94 04*

**RANDO SANTÉ  
FF RANDONNÉE Meurthe-et-Moselle**

Randonnée adaptée et encadrée par un animateur qualifié.  
Ateliers équilibre et prévention des chutes.  
Rester en bonne santé tout en profitant de moments de convivialité.

**AUBOUÉ**  
*Contact*  
*Les randonneurs  
du pays de l'Orne*  
*06 35 23 37 83*  
**JARNY**  
*Contact*  
*Union sportive du  
Jarnisy Rando*  
*03 82 33 17 97*

**LE FIL**

3 lignes urbaines : secteur Briey / Auboué-Homécourt-Joeuf / Jarny-Conflans  
Transport à la demande (sur inscription, accessible aux personnes à mobilité réduite)

Pour plus d'informations : Boutique le Fil—Place Raymond-Poincaré à Val de Briey  
tel : **0 800 710 054**

**TRANSPORT À LA DEMANDE - JARNY**

Transport à la demande pour toute personne non véhiculée et à mobilité réduite dans un rayon de 5 kms autour de Jarny, le jeudi .

Pour plus d'informations : Mairie de Jarny - tel : **03 82 33 14 54**  
secretariatemmj@jarny.fr

**TRANSPORT COLLECTIF - CCAS AUDUN-LE-ROMAN**

Transport collectif accompagné et à domicile pour personnes âgées et handicapées sur les communes d'Audun-le-Roman, Malavillers, Mercy-le-Haut, Anderny, Sancy, Beuvillers et Serrouville (sur inscription).

Pour plus d'informations : Mairie d'Audun-le-Roman - tel : **03 82 21 60 23**

**DYNAM'HAUT**

Réseau de conducteurs bénévoles pour vous transporter et vous accompagner dans vos déplacements (RDV médicaux, courses, sorties ...). Secteur Cœur Pays-Haut (sur inscription).

Pour plus d'informations : Tel : **06 42 73 79 98** les lundis et jeudis de 14h à 17h  
dynamhaut@orange.fr

**SORTIR PLUS (AGIRC-ARRCO)**

AGIRC-ARCCO a mis en place pour ses retraités une prestation « Sortir Plus ». Ce dispositif permet aux personnes âgées isolées de plus de 75 ans d'effectuer des sorties (courses, promenades, visites à des proches... en étant accompagné par une personne de confiance, employée par un organisme agréé d'aide à la personne.

Pour plus d'informations : **09 71 09 09 71** service gratuit + prix d'un appel

## CONDUITE ET PRÉVENTION ROUTIÈRE

### SÉCURITÉ ROUTIÈRE DES SÉNIORS AUTOMOBILE CLUB LORRAIN

Remise à niveau du code de la route  
Simulateur de conduite

Présentation de la nouvelle signalisation et passage de l'examen du code de la route (sans aucune sanction bien sûr). Rappel des droits et devoirs du piéton des règles pour les randonneurs. Simulateur de conduite pour tester ses réflexes et conseils du formateur.

#### BEUVILLERS

**23/01/2024**

Inscription  
Mairie de Beuvillers  
03 82 21 52 97

#### LABRY

**7/03/2024**

Inscription  
Mairie de Labry  
03 82 33 14 74

#### BATILLY

**28/02/2024**

Inscription  
Mairie de Batilly  
03 82 22 64 13

#### Programmation sur demande

Contact  
AUTOMOBILE  
CLUB LORRAIN  
03 83 50 12 12

### PRÉVENTION ROUTIÈRE À DESTINATION DES SÉNIORS ADAVIE

Stages pour favoriser des réapprentissage de la conduite, mieux prendre conscience du risque routier avec l'avancée en âge et préserver son autonomie

#### Programmation sur demande

Contact  
ADAVIE  
03 83 57 38 60

### PLAISIR, SÉCURITÉ ET SÉRÉNITÉ AU VOLANT ET EN TANT QUE PIÉTON

#### BRAIN UP

Agir et réagir efficacement au volant, entraîner ses capacités physiques pour une meilleure conduite, savoir gérer les situations de stress au volant, être au top du code de la route !

#### TRIEUX

De 14 à 16H  
15, 22, 29 mars  
Et 5 avril 2024

Inscription  
Mairie de Trieux  
03 82 46 56 00

## STIMULATION DE LA MÉMOIRE

### ATELIERS

#### CHAUFFE CITRON

Programme original autour de la curiosité, le jeu et la mémoire.

Prévenir la perte d'autonomie en se cultivant et en s'amusant.

#### BATILLY

**Du 24/11/23 à juin 2024**

Inscription  
Mairie de BATILLY  
03 82 22 64 13

#### LABRY

**Novembre à mai 2024**

**Complet**

#### JARNY

Inscription  
Mairie de JARNY  
03 82 33 14 54

#### ATELIER PEP'S EUREKÂ

ASSOCIATION DE SANTÉ, D'ÉDUCATION ET DE PRÉVENTION SUR LES TERRITOIRES DE LORRAINE.

Y a-t-il un lien entre bonne santé et mémoire ? Comment l'entretenir ? La stimuler ?

Programme de 10 séances collectives qui permet de prendre conscience que de nombreux facteurs influencent le fonctionnement de notre cerveau.

#### HATRIZE

Les mardis de 14h à 16h30  
De novembre 2023 à février 2024

Inscription  
contact@aseptlorraine.fr  
07 84 58 88 57

#### ESCALICE

Association SYNAPS

Sous forme d'un escape game.

Sensibilisation au risque de dépression, aux effets, aux effets de l'isolement et de la soli-

Programmation sur demande

Contact SYNAPS  
contact@association-synaps.fr

### UN MIEUX-ÊTRE PAR LA CRÉATIVITÉ KERJA PIERRET, ART-THERAPEUTE

Ouvrir un espace-temps aux séniors afin de leur permettre de s'exprimer par la créativité et viser un mieux être (évacuer les émotions, diminuer le stress, maintenir ses capacités cognitives, éviter l'isolement...)

#### FRIAUVILLE

Courant 2024

Inscription  
Mairie de Friauville  
03 82 33 00 12

Programmation  
sur  
demande

Contact  
Kerja PIERRET  
06 79 92 64 43

### BIEN DANS MA TÊTE :

#### MA SANTÉ, JE LA PRÉSERVE AVEC MON ASSIETTE, MES BASKETS ET MA COUETTE ADOR

5 ateliers théoriques et pratiques de prévention (diététique, activité physique, stress, sommeil) pour les personnes de plus de 60 ans qui souhaitent continuer à vivre en forme.

Nous trouverons ensemble les conseils et astuces pour votre quotidien. Adopter de bonnes habitudes dans ce triangle de la santé (nutrition, sommeil et activité physique) vous aidera à vous protéger.

#### HATRIZE

Les mardis de 14h à 16h00

19, 26 mars 2024  
2, 9, 16 avril 2024

Inscription  
Association ADOR  
03 72 85 01 10

Programmation sur demande

Contact Association ADOR  
ador@sante-lorraine.fr  
03 72 85 01 10

### PENSER L' ADAPTATION DU LOGEMENT AVEC LE BUS DE L' AUTONOMIE 54

Service territorial Autonomie BRIEY- ERGOT Home

Conseils gratuits d'un ergothérapeute pour repenser son logement et l'adapter aux besoins d'aujourd'hui et de demain.

Visite du bus aménagé en appartement itinérant pour mieux découvrir les aides techniques et l'adaptation du logement pour mieux vieillir à domicile.

Intervention du Service Territorial Autonomie de Briey (demandes APA et MDPH).

Avril/mai 2024

Contact

Service territorial Autonomie de Briey  
03 57 49 81 10  
scuvilier@departement54.fr

Passages à définir dans les communes  
du territoire de BRIEY

### HABITAT ERGOT'HOME

Atelier HABITAT

Cycle d'ateliers sur l'adaptation du domicile  
3 séances interactives et conviviales : information et conseils sur les solutions d'autonomie pour l'accès, la cuisine, WC, salle de bain, domotique, nouvelles technologies.

En partenariat avec le Service Territorial Autonomie (aides financières).

Programmation sur demande

Contact

Thomas HERRES

06 62 71 35 57

## ACCOMPAGNEMENT AU NUMÉRIQUE

### ATELIERS

#### ATELIER MULTIMÉDIA D'INITIATION SÉNIORS SOS FUTUR.

*Découverte de la tablette pour réduire la fracture numérique et favoriser l'autonomie.*  
*Apprendre les gestes nécessaires à la prise en main d'une tablette numérique.*  
*Communiquer avec ses proches, aller sur internet.*

**Programmation sur demande  
Courant 2024**

**Contact SOS FUTUR**  
*Sandra Fornes*  
*03 72 47 07 49*

#### ATELIER DE PERFECTIONNEMENT À LA TABLETTE NUMÉRIQUE SOS FUTUR

*Gagner en autonomie par la maîtrise des outils numériques et consolider les acquis pour aller plus loin dans l'usage de la tablette, apprendre de nouvelles fonctionnalités.*

**PIENNES**  
**du 07/09 au  
26/10/23**

**HATRIZE**  
**du 14/09 au  
16/11/23**  
*Inscription*  
*Mairie d'Hatrive*  
*03 82 25 23 77*

#### ATELIER NUMERIQUE D'ACCÈS AUX DROITS ET ACCÈS À L'OUTIL NUMERIQUE PIMMS Médiation du Pays de l'Ome

*Accompagnement des séniors, en binôme avec des élèves, ensemble pour parler, lire, échanger.*

Programmation en cours

*Contact et inscription*  
*paysdelorne@pimmsmediation.fr*  
*03 82 47 54 10*

*Accueil du public en gare de Joeuf*

## BIEN-ÊTRE ET SANTÉ

### ATELIERS

#### LE BIEN-ÊTRE PAR LA SOPHROLOGIE

##### BRAIN UP

*Résoudre des situations de stress*  
*Mieux gérer les émotions*  
*Mieux faire face à la douleur*  
*Valoriser l'estime de soi.*

#### LABRY

**Les lundis 10h-12h**  
**8, 15, 22, 29 avril 2024**

*Inscription*  
*Mairie de Labry*  
*03 82 33 14 74*

#### LE CŒUR UN MUSCLE À DORLOTER

##### BRAIN UP

*Sensibiliser les participants à l'importance de la démarche de prévention santé face aux risques cardiovasculaires.*  
*Prendre en main la santé de son cœur au quotidien - l'activité physique et l'alimentation- la gestion du stress et des émotions.*

#### BATILLY

**Les lundis 10h-12h**  
**15 et 22 avril 2024**  
**13 et 27 mai 2024**

*Inscription*  
*Mairie de Batilly*  
*03 82 22 64 13*

#### ÊTRE HEUREUX À LA RETRAITE

##### BRAIN UP

*Cultiver son bonheur au quotidien.*  
*Bien commencer sa journée.*  
*Ma santé, pour aujourd'hui et pour demain.*

#### PIENNES

**De 14 à 16h, le 15 mars 2024**  
**De 15 à 17h, les 21 et 28 mars,**  
**4 et 11 avril 2024**

*Inscription*  
*Mairie de Piennes*  
*03 82 21 93 43*