

RUYNES-EN-MARGERIDE  
Maison des services

JOURNÉES  
France  
services

Mardi 8  
octobre  
2024

Venez à la rencontre  
des conseillers  
France services !

PROCHE DE VOUS, PROCHE DE CHEZ VOUS

Participez à la **Journée France  
services** de Ruynes-en-Margeride

Mardi 8 octobre 2024

9h-12h **Testez votre souffle !**

Avec la Fondation du souffle et la  
Pharmacie PICHOT-TROCELLIER.

10h-12h **Rhumatisme et vous**

Avec France Emploi Domicile.

Animé par Frédéric VILLARD de Kiné  
France Prévention, cet atelier alliant théorie  
et technique vous aide à appréhender le  
vieillessement et vous donne des méthodes  
pour préserver votre autonomie physique.

14h-16h **Le répit des aidants**

Avec l'UDAF.

Vous vous occupez régulièrement d'un  
proche dépendant... Qui s'occupe de vous ?

14h-16h **Explique-moi une  
cérémonie**

Avec l'Office National des Anciens  
Combattants et Victimes de Guerre.

Un atelier citoyen destiné aux élèves de la  
commune.

14h-16h **Créer et mémoriser  
simplement des mots de  
passe sécurisés.**

Avec Maxime CHANAL, Conseiller  
numérique de Saint-Flour Communauté.

mais aussi...  
des temps d'échange  
conviviaux !



► **9h-9h30**

**Accueil convivial**  
Démarrons cette journée  
en échangeant autour  
d'un café.

► **12h-13h30**

**Pause conviviale**  
Profitez d'une pause  
conviviale avec les  
intervenants autour  
d'un verre.

**Renseignements  
et inscriptions :**

**Maison des Services  
de Ruynes-en-Margeride**

Place du 10 Juin 1944  
15320 Ruynes-en-Margeride

04 71 20 09 26