



JOURNÉE-FORUM CAP VERS L'AUTONOMIE

PROGRAMME

JEUDI 19 FÉVRIER
2026 - À Partir de 9h30

ESPACE GÉRARD-PHILIPE

96 RUE LOUISE MICHEL



* ANIMATIONS * RENCONTRES
* INFORMATIONS * DÉPISTAGES
* CINÉ-DÉBAT * TABLE-RONDE POUR
LES SENIORS ET LES AIDANTS

Entrée libre

CAP'
Centre
d'Appui aux
Personnes
AUTONOMIE
— CCAS - SARTROUVILLE —



sartrouville

Centre
d'Appui aux
Personnes
CAP'
AUTONOMIE
— CCAS - SARTROUVILLE —



BIENVENUE À LA JOURNÉE-FORUM CAP VERS L'AUTONOMIE !

CAP-AUTONOMIE-CCAS de Sartrouville est heureux de vous accueillir pour la seconde édition de cette journée-forum dédiée aux seniors de Sartrouville.

Rythmée par des ateliers, des animations, des dépistages, cette journée est l'occasion d'obtenir des informations pratiques sur les démarches administratives, l'accès aux droits, la santé, les lieux d'accueil, l'adaptation et la rénovation du logement, les services d'aide à domicile...

Tout ce qui peut vous faciliter la vie au quotidien et vous aider à préserver votre santé.

DÉPISTAGES 4

INFORMATIONS 5

LOISIRS 6

ATELIERS 7

TABLE-RONDE 8

CINÉ-DÉBAT 9

* ESPACE DÉPISTAGES

Parce qu'il est important de se faire dépister régulièrement
afin de prévenir toute maladie,
les partenaires de CAP'AUTONOMIE-
CCAS de Sartrouville proposent
dépistages et informations
pratiques tout au long de la journée
sur le diabète, les maladies rénales
chroniques, les AVC, les cancers,
les troubles cardiaques...

PRATIQUE

de 9h30 à 12h30
et de 13h30 à 16h

Rez de chaussée



En partenariat avec : Le Centre Municipal de Santé • La Ligue contre le cancer • Le Centre de coordination Ile de France pour le dépistage des cancers (CRCDC) • La Caisse primaire d'assurance maladie • La Caravane AVC • Mutuelle communale MPI



* ESPACE INFORMATIONS

PRATIQUE

- ⌚ De 9h30 à 12h30
- 📍 1^{er} étage
- 📍 Salle polyvalente

CAP'AUTONOMIE-CCAS de Sartrouville et ses partenaires reçoivent sur leur stand, afin d'échanger sur les besoins et les problématiques de chacun **et de délivrer conseils et informations pratiques sur de nombreuses thématiques :** aides financières, techniques et humaines, soutien aux aidants, maintien à domicile, résidences seniors, logement, tutelle-curatelle...

En partenariat avec : AGIRC ARCOO (Retraite complémentaire) • Le PAD@ • le Centr'aider (Aides aux aidants) • La plateforme de répit des aidants (Louveciennes) • L'agence Autonomy • le PAT (Pôle autonomie territorial) • Energie solidaire (Ma prim'adapt et ma prim'renov') • Saveurs & vie (portage de repas) • Vitaris (Téléassistance) • Services de soins à domicile : SIMAD/ SAAD/SSIAD/La Croix Rouge • Les Résidences seniors et accueil de jour : De Benedetti • Les EHPAD les oiseaux et Stéphanie • Ensemble2générations • Mutuelle communale MPI • ASP Yvelines • UDAF78 (Union Départementale des Associations Familiales des Yvelines) • PAM (transport à la demande) • GEM (Groupes d'Entraide Mutualistes)



* ESPACE LOISIRS

**Une fois à la retraite
il est essentiel de préserver et
de développer le lien social.**

Cela permet de rester
en forme physiquement,
intellectuellement
et psychologiquement et
surtout de se faire plaisir.

Sur l'espace Loisirs,
les programmes d'animations
de la Résidence de l'Union et
du service municipal Génération
Seniors sont à disposition.

Une zone de convivialité
vous accueille pour
se poser et échanger
autour d'un thé, d'un café.

PRATIQUE

De 9h30 à 12h30 

1^{er} étage 

Hall 





* ATELIERS

PRATIQUE

⌚ De 13h30 à 14h30

📍 1^{er} étage

📍 Salle polyvalente

**La journée-forum
Cap vers l'autonomie
est aussi l'occasion de tester
quelques activités sportives.**

Des séances de cardio-dansé,
de Chi Qong, des ateliers prévention
des chutes sont proposés
gratuitement aux visiteurs.



L'occasion de tester
une discipline avant,
éventuellement,
de s'inscrire
à une
association
pour une
activité
régulière.



* TABLE-RONDE

Les partenaires de CAP'AUTONOMIE-CCAS de Sartrouville présents tout au long de cette journée-forum proposent une table-ronde sur le thème : **« Le centre d'appui à la personne »** afin d'explorer, à travers des cas concrets (adapter, accompagner, soutenir), la coordination des acteurs du secteur.

L'occasion de vous aider à vous projeter plus facilement sur vos propres besoins.

Echanges, écoute, dialogue lors d'une pause-café avec les partenaires de la table-ronde et les professionnels.

PRATIQUE

De 14h30 à 15h30

2^e étage

Salle de conférence

Entrée libre

Tout public

PRATIQUE

De 15h30 à 16h

1^{er} étage

Hall



* CINÉ-DÉBAT

PRATIQUE

⌚ De 16h à 17h30

📍 2^e étage

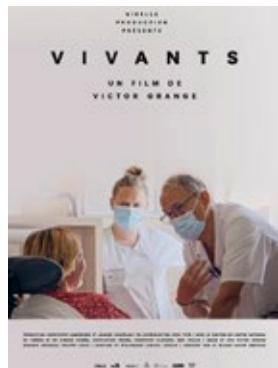
📍 Salle de conférence

➡ Entrée libre

Projection du film documentaire « Vivants »*, qui questionne notre lien à la famille, à la vie.

Projection suivi d'échanges avec le public.

Débat animé par les équipes de l'ASPT78, GHT Yvelines Nord, DAC, médecins et infirmières.



VIVANTS

- De Victor Grange • 2023
- 1h 04min • Documentaire



Film d'utilité publique



Festival du cinéma social



Festival cinéma et santé

*Proposée par la CPTS



* MES NOTES

Profitez de cette page pour noter les conseils, idées et informations importantes abordées tout au long de la journée :



* NOS PARTENAIRES

La ville de Sartouville et CAP'AUTONOMIE-CCAS de Sartouville **remercient l'ensemble de ses partenaires :**



INFOS PRATIQUES



JOURNÉE-FORUM CAP VERS L'AUTONOMIE 2^e EDITION



JEUDI 19 FÉVRIER 2026

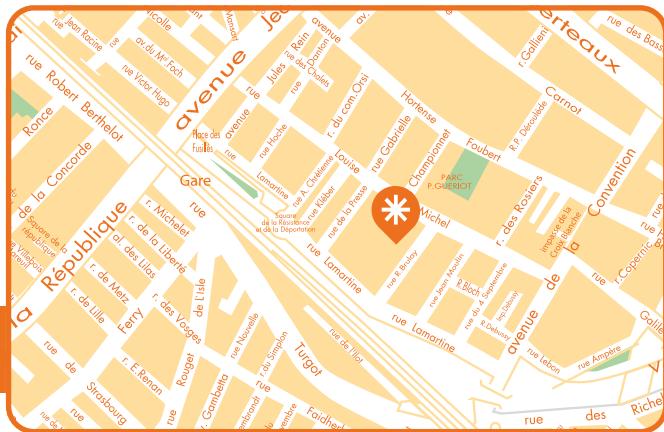
À PARTIR DE 9H30



ESPACE GÉRARD-PHILIPE

96 RUE LOUISE MICHEL

- 10mn à pied de la gare de Sartrouville
- Bus 26 - Arrêt Lamartine
- Parking Debussy à proximité



Sartrouville

CAP'
AUTONOMIE
— CCAS - SARTROUVILLE —



CAP' Autonomie - CCAS Sartrouville
Rue Henri Dunant - 78500 Sartrouville
01 30 86 84 31 - cap-autonomie@ville-sartrouville.fr