



 **sartrouville**

**2<sup>e</sup> ÉDITION**

# JOURNÉE-FORUM CAP VERS L'AUTONOMIE

## PROGRAMME

**JEUDI 19 FÉVRIER  
2026 - À Partir de 9h30**

**ESPACE GÉRARD-PHILIPPE**

**96 RUE LOUISE MICHEL**

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

**Entrée libre**

  
**AUTONOMIE**  
— CCAS - SARTROUVILLE —



 **sartrouville**

  
**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<sup>er</sup> 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'rénov') • 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 Mutuelles)



## \* 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<sup>er</sup> étage



Hall







## \* ATELIERS

### PRATIQUE

🕒 De 13h30 à 14h30

📍 1<sup>er</sup> 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<sup>e</sup> étage 

Salle de conférence 

Entrée libre 

Tout public 

### PRATIQUE

De 15h30 à 16h 

1<sup>er</sup> étage 

Hall 





## \* CINÉ-DÉBAT

### PRATIQUE

🕒 De 16h à 17h30

📊 2<sup>e</sup> 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 Sartrouville et CAP'AUTONOMIE-CCAS de Sartrouville **remercient l'ensemble de ses partenaires :**



Le PAD@



Résidence R. Debenedetti



EHPAD RÉSIDENCE STEPHANIE



Le Centre Médico-social YVES CULOT



# INFOS PRATIQUES



## JOURNÉE-FORUM CAP VERS L'AUTONOMIE 2<sup>e</sup> EDITION

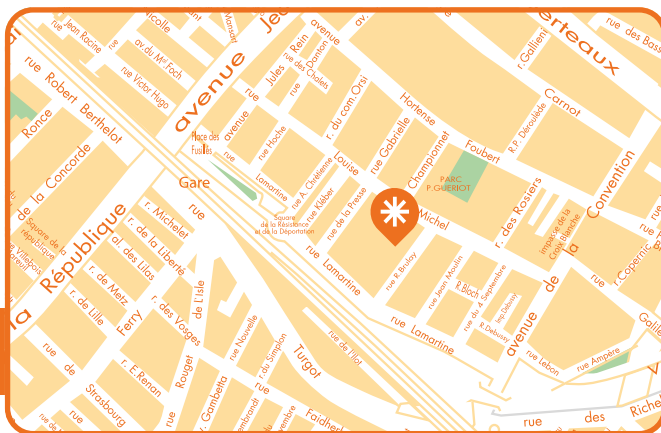


**JEUDI 19 FÉVRIER 2026**  
À PARTIR DE 9H30



**ESPACE GÉRARD-PHILIPPE**  
96 RUE LOUISE MICHEL

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



**CAP' Autonomie – CCAS Sartrouville**

Rue Henri Dunant - 78500 Sartrouville

01 30 86 84 31 - [cap-autonomie@ville-sartrouville.fr](mailto:cap-autonomie@ville-sartrouville.fr)