L'ÉCLAIR
PYRÉNÉES / PAYS DE L'ADOUR

MAULÉON-LICHARRE

Une représentation de théâtre sur le thème du bien vieillir

La comédie musicale « Avant, j'étais vieux », aborde avec bienveillance la question du bien vieillir.

Le 24 novembre, l'Asept Sud Aquitaine (Association Santé Éducation et Prévention sur les Territoires) organise, en partenariat avec la commune de Mauléon-Licharre et le Collectif Souletin une représentation du spectacle musical « Avant, j'étais vieux ».

Le spectacle, qui mêle chansons et théâtre, aborde dans la bonne humeur et avec bienveillance la question du bien vieillir. Il met en scène Pierre, un jeune retraité, qui, lors d'un atelier de « méditation pleine conscience » fait la rencontre de sa conscience ayant les traits d'une jeune femme extravertie. Cette rencontre va lui redonner goût à la vie et changer la vision qu'il a du monde qui l'entoure.

Le spectacle « Avant, j'étais vieux » sera joué le 24 novembre, au cinéma Maule Baitha. © © DÉPARTEMENT DE L'AIN - S. TOURNIER

Assurer un vieillissement en pleine santé

Cette comédie musicale a pour objectif d'accompagner le plus grand nombre de personnes dans la transition d'une vie professionnelle vers une retraite active, loin des discours moralisateurs.

Le spectacle musical est une des nombreuses animations de prévention proposées par l'Asept (ateliers, spectacles, conférences ou escape game), accessibles gratuitement pour les personnes de 55 ans et plus, afin de préserver le capital santé et social des seniors et pour assurer un vieillissement en bonne santé. Ces actions sont intégrées dans le programme « Bien-Vieillir », piloté par l'association Cap Seniors Aquitaine et financé par les caisses de retraite (Carsat Aquitaine ; MSA).

→ Vendredi 24 novembre, de 15 h à 17 h, au cinéma Maule Baitha. Gratuit à partir de 55 ans, mais sur inscription au 05 59 80 98 88 ou directement sur le site de l'Asept : https://www.asept-sudaquitaine.fr/