



QU'EST CE QUE LE DEFI AUTONOMIE – VERSION 2020 ?

Un **grand Colloque** engagé dans les réflexions liées à l'actualité : problématiques et solutions existantes ou à imaginer autour du Grand Âge. Découvrez le programme général des tables rondes en cliquant sur le lien : <https://www.seniors-autonomie.fr/colloque-2020/>

Un concours : Les Défis d'Or. Résultats et remise des Prix en direct du Colloque

Des ateliers de prévention : mise à disposition de tous de séances réalisées en vidéo, sur des thématiques sollicitées par des seniors (sommeil, stress, conseils, activités sportives, conduite automobile, conflits-médiation, bien-être, soins esthétiques...)

Un salon exposants virtuel : vous pourrez découvrir ou redécouvrir 70 structures (associations, instituts de prévoyance, organismes de Sécurité Sociale, start up innovantes...), acteurs engagés sur l'autonomie et le bien vieillir (rester le plus longtemps possible autonome, le maintien à domicile, s'occuper d'un proche à temps plein ou en travaillant, trouver des aides, du conseil...), au travers de textes, de vidéos présentant leurs projets et/ou compétences, à votre écoute. Ses structures nationales ou locales résonnent bien souvent dans toute la France sous leur entité propre ou sous une entité locale.

Comment puis-je assister au 14ème Défi Autonomie ?

Le Défi Autonomie est entièrement gratuit et en accès libre, en cliquant sur les liens suivants à partir du 23 novembre. Aucune inscription préalable ou création de compte n'est requise et vous aurez accès à tout l'évènement à votre rythme.

1. <https://www.seniors-autonomie.fr/>
2. <https://www.facebook.com/defiautonomie42/> Ce lien vous permet également d'accéder au Défi Autonome à partir du Facebook Défi Autonomie mais il nécessite d'avoir un compte Facebook.

A partir de quel support pourrais-je me connecter ?

Le Défi Autonomie sera accessible à partir d'une simple connexion internet depuis les outils suivants :

- Smartphone
- Tablette
- Ordinateur

Si je ne suis pas disponible à ces dates ?

L'intégralité du Défi Autonomie restera accessible gratuitement, à partir des liens ci-dessus et durant plusieurs semaines.

Mais vivre le direct c'est être présents à nos côtés, récompenser nos efforts et nous vous en remercions d'avance !

N'hésitez pas à transmettre ce courrier à vos proches et à tous vos contacts afin de les inviter à y assister gratuitement.

Toute l'équipe du Défi Autonomie