

« Avant j'étais vieux »

Le 11 octobre, à Rillieux-la-Pape, un spectacle musical plein d'humour et d'esprit pour aborder le bien vieillir ensemble

Atouts Prévention Rhône-Alpes, le groupement inter-régimes des caisses de retraite en Rhône-Alpes (Carsat Rhône-Alpes, MSA, Sécurité sociale des indépendants, Caisses des Mines) convie, le 11 octobre à Rillieux-la-Pape, les retraités de la région à un spectacle musical autour du bien vieillir.

Comment évoquer le passage à la retraite sans tomber dans les clichés et la morosité ?

Tel est le défi du spectacle musical « Avant, j'étais vieux... » qui aborde avec humour et légèreté un moment de vie sensible. Cette belle production sur le thème du « bien vieillir ensemble » allie à la fois des comédiens aux caractères bien trempés, des musiciens hors pair, et une mise en scène professionnelle.

Informé par le divertissement, engagé une réflexion voire une prise de conscience : c'est ce qui caractérise cette création artistique pleine de sentiments, qui détonne par son rythme, sa poésie, et sa sincérité.



Le spectacle

Pierre, sexagénaire à la retraite depuis peu, est un individu passablement irascible. Sa femme Hélène qui est encore en activité, en fait les frais au quotidien. Pierre passe ses journées en compagnie d'Étienne, un vieux complice célibataire à la retraite depuis deux ans. Ils se voient quasiment tous les jours. À la suite d'une séance de « méditation pleine conscience », où leur amie Isabelle les a inscrits, Pierre va recevoir des visites impromptues de sa conscience, personnifiée par une jeune femme. Leurs échanges, bruts et sincères, sans filtres sociaux, vont amener Pierre à se remettre en

question et changer sa vision de lui-même, des autres et de la vie. D'autant plus que son ami Étienne va beaucoup changer. Après tout ça, quel sera finalement le nouveau projet de vie de Pierre ?

Infos pratiques

JEUDI 11 OCTOBRE A 14H30

Espace 140, 291 rue d'Athènes à Rillieux-la-Pape

Entrée gratuite sur réservation www.avantjetaisvieux.fr (avant le 1/10) ou 05 56 11 64 69.

Le projet

Ce spectacle « Avant, j'étais vieux... » est proposé par le groupement inter-régimes des caisses de retraite de Rhône-Alpes : la Carsat Rhône-Alpes, la MSA, la Sécurité sociale des indépendants et les caisses des Mines. Depuis 2013, conjointement, elles se mobilisent pour la prévention du « bien-vivre, bien- vieillir » et mènent des actions sur l'ensemble du territoire. Après le succès de la pièce de théâtre « Vieillir, c'est Vivre ! » (accueillie en 2017 à Aix-les-Bains et en 2016 à Roanne), Atouts Prévention Rhône-Alpes a souhaité proposer un nouveau spectacle alliant théâtre et musique avec pour objectifs de sensibiliser le public à la prévention, promouvoir le bien-vivre et plus globalement inciter chacun d'entre nous à prendre soin de soi et des autres.

ENSEMBLE, LES CAISSES DE RETRAITE DE RHÔNE-ALPES S'ENGAGENT

Atouts Prévention Rhône-Alpes déploie sur les huit départements de Rhône-Alpes et la Métropole de Lyon, une offre commune de prévention visant à répondre de manière la plus harmonisée possible aux enjeux du vieillissement sur l'ensemble du territoire, quel que soit le régime de Sécurité sociale ou le département de résidence.

Cela se traduit par des informations et des conseils pour bien vieillir, des actions de maintien du lien social, une offre attentionnée à destination des retraités fragilisés et des ateliers collectifs de prévention. Ceux-ci couvrent 11 thèmes visant à informer et conseiller les retraités sur leur nouveau projet de vie à la retraite, à préserver leurs fonctions cognitives, à améliorer leur cadre de vie, à agir sur leur santé et à accompagner les résidences autonomie.

Contact presse : 04 72 91 96 79 - contact.presse@carsat-ra.fr