



**Fédération Seniors Moselle**  
3 Place Saint-Martin  
57000 METZ



**03 87 65 49 00**  
[contact@federationseniorsmoselle.fr](mailto:contact@federationseniorsmoselle.fr)



Rejoignez-nous sur les réseaux  
 Facebook et LinkedIn   
et sur notre site web  
[www.federationseniorsmoselle.fr](http://www.federationseniorsmoselle.fr)



**FÉDÉRATION**  
**SENIORS MOSELLE**



**VIEILLIR AVEC  
LE SOURIRE**

## Qui sommes nous ?

- Réseau associatif départemental
- **250** structures adhérentes
- **16 000** seniors représentés
- **94%** d'adhérents satisfaits

## Nos objectifs

- Promouvoir le **bien-vieillir** à domicile
- Aider les seniors à **mieux vivre**
- Proposer des actions de **prévention en faveur des seniors**
- Faciliter les rencontres
- Lutter contre l'**isolement**,
- **Soutenir** les associations de seniors du département de la Moselle

## Pourquoi vous inscrire ?

Vous avez 55 ou plus ? Vous résidez en Moselle ? Vous êtes à la recherche d'une activité sportive, cérébrale, ou ludique ? Nous répondrons à vos besoins par le biais de nos nombreux ateliers.

## Nos ateliers



MEMOIRE



PREVENTION  
ROUTIERE



SECOURISME



HABITAT



NUMERIQUE



GYM DOUCE



MARCHE  
SPORTIVE



EVASION A DOMICILE  
(voyages - réalité virtuelle)



CHOREGRAPHIES  
SENIORS



PREVENTION DES  
CHUTES

et pleins d'autres activités encore !  
(comité seniors et sports, Olympiades,  
journée du patrimoine...)

## Nos missions

### REPRESENTER

les structures adhérentes auprès des organismes institutionnels

### ASSURER

la coordination et la promotion des activités initiatrices et incitatrices en faveur des seniors

### ACCOMPAGNER

les associations pour la constitution des dossiers de demandes de subvention, la souscription d'une assurance ou encore avec la mise en place d'une aide administrative

### ANIMER ET COORDONNER

des actions de terrain pour promouvoir la santé et préserver le vieillissement.

*"Quarante ans, c'est la vieillesse de la jeunesse, mais cinquante ans, c'est la jeunesse de la vieillesse."*

- **Victor Hugo** -