

**PRIX DU PUBLIC**  
MEXICO SEATTLE HAUGESUND

# LES OPTIMISTES

“UN FILM QUI  
PROCURE UNE JOIE  
IRREPRESSIBLE”  
- *Filmland*

“APRÈS LES OPTIMISTES,  
VOUS SEREZ D'UNE BONNE  
HUMEUR EXUBÉRANTE”  
- *Philm.dk*

Entrée  
libre &  
gratuite



UN FILM DE GUNHILD WESTHAGEN MAGNOR

Avec GORO WERGELAND LILLEMOR BERTHESEN BIRGIT MYKLEBUST IRMA NORDSETH ELDJØRG GROTNUM GERD BERGERSEN  
MARY HOLST BREMSTAD ASSE-MARIT BØRKE ANNE-GRETHE WESTHAGEN MAGNOR ULLA OLSSON TURID ØTERVIK SOLVEIG SETERSDAL MARIT TENNANN HEDVIG THUNE-ELLEFSEN ANNI ØVERLAND  
MONTAGE ROBERT V. STENGÅRD SON SVEN JAKOBSEN MONTAGE ORIGINAL STEFAN NILSSON SCÉNARISTE ET COAUTEUR HANNE TWETÉN RÉALISATEUR NORDISK FILM SHORTCUT CO-PRODUCTEUR STINA GARDELL  
PRODUCTEURS INGUNN H. KNUDSEN HILDE SKOTTELAND PRODUIT FMS SKOTTELAND FILM AS EN ASSOCIATION AVEC MANTARAY FILM RÉALISÉ EN COLLABORATION AVEC GUNHILD WESTHAGEN MAGNOR  
DISTRIBUTION EN FESTIVAL NORWEGIAN FILM INSTITUTE WORLD INTERNATIONAL CAT&DOCS DISTRIBUTION FRANCE PICKUP JOURZFETE

**Bien vivre après 60 ans**

**Mardi 2 avril 2019  
de 14h30 à 17h**

SALLE FOYER RURAL  
2 Boulevard Nicolas CANAL  
Saint-Laurent-de-la-Salanque

équilibre 66

SAINT  
LAURENT  
DE LA SALANQUE

CCAS  
CENTRE  
COMMUNAL  
D'ACTION  
SOCIALE

**Tout l'enjeu de la santé des seniors est d'avancer sereinement en âge ! Chacun d'entre nous possède ses propres clefs, nécessaires au maintien de son équilibre et à la préservation de sa santé. L'un des secrets de cet épanouissement est de rester actif pour son bien être physique, psychique et social !**

## Un film : «Les optimistes»

de Gunhild Westhagen Magnor

« Les Optimistes » est le nom d'une équipe de volley norvégienne hors du commun : les joueuses ont entre 66 et 98 ans ! Bien que n'ayant pas joué un seul vrai match en 30 ans d'entraînement, elles décident de relever un grand défi : se rendre en Suède pour affronter leurs homologues masculins. Mais avant cela, il faut trouver un sponsor, convaincre l'entraîneur national de les coacher, mémoriser les règles, se lever pour aller courir... Croyez-les : être sénior est une chance, et ces « Optimistes » la saisissent en plein vol !

## Programme

La Mutualité Française Occitanie et le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de la ville de Saint Laurent de la Salanque vous convient à un ciné-santé sur les questions du bien-être et du lien social après 60 ans.

Afin de revenir sur les moments forts du film et d'échanger avec les participants, l'intervenante, Julie SERRA, abordera les questions suivantes : *Quelles sont les clefs du bien vieillir ? Comment rester actif en abordant sereinement l'avancée en âge ? Quelles sont les structures locales qui proposent des activités seniors ?*

## Intervenante

**Julie SERRA**, coordinatrice des actions seniors de l'association Equilibre 66

## Et aussi...

- Stand de documentation
- Pot de l'amitié offert en fin de séance

Entrée libre et gratuite, dans la limite des places disponibles.



[occitanie.mutualite.fr](http://occitanie.mutualite.fr)

**Découvrez l'ensemble de nos rencontres santé.**

Retrouvez-nous aussi sur :

