

7 bonnes raisons de se rendre au Forum des Seniors à Rennes du 1^{er} et 2 mars 2019



La prochaine édition du Forum des Seniors se tiendra le **vendredi 1^{er} et samedi 2 mars**, à Rennes, Parc des Expositions de Rennes Aéroport – Hall 3. Deux jours pour s’informer et se faire plaisir !

La mission du Forum est d’**accompagner les seniors dans leur nouvelle vie**. Les visiteurs viennent découvrir les **nouveautés**, faire le plein d’**idées**, trouver les **informations** utiles à leurs projets et rencontrer les meilleurs **experts** dans **dix villages thématiques**.

Cette année, un programme riche en **découvertes** et en **surprises** rythmera les deux jours du Forum. Découvrez **sept bonnes raisons** de ne pas manquer ce grand rendez-vous annuel des 50 ans et plus !

1 Tout savoir sur ses droits et sa retraite

Savoir calculer sa retraite, quand partir, organiser sa succession, , gérer la transition emploi-retraite, prévoir son budget, vivre sa retraite à l’étranger, investir, bien s’assurer... Le Forum des Seniors est l’occasion de faire le point sur sa situation personnelle avec des spécialistes.

Les conseillers de la CARSAT, de la CNRACL-RAFP et de l’AGIRC-ARRCO reçoivent sans rendez-vous sur « l’**Espace Conseil Retraite** ». Consultations gratuites avec des notaires et rencontres avec des professionnels des placements financiers en France. *Dans le village « Mes droits, ma retraite, mon patrimoine »*



2 Organiser ses prochaines vacances et ses loisirs

Pour ceux qui ont soif de découverte et de culture, le Forum présente une large palette d’offres sur-mesure, de bons plans et d’idées originales pour partir en France ou à l’étranger, le temps d’un week-end ou d’un long séjour... *Dans les villages « Mes loisirs, mes voyages » et « Culture ».*

3 Prendre soin de sa forme et de sa santé

Le « **Parcours Prévention Santé** », conçu avec un comité scientifique médical, a pour objectif d’aider les visiteurs à prévenir les conséquences de l’avancée en âge. Rencontrer des professionnels sur leurs stands, sur l’Espace Conseil Santé et l’Espace Dépistages, suivre des ateliers et des conférences, participer à des initiations sportives gratuites. *Dans le village « Être en Forme ».*



4 Participer à la vie associative

Un retraité sur trois est membre d'une association caritative. Le bénévolat est au centre de la vie de beaucoup de seniors actifs qui souhaitent continuer à exercer leurs talents autrement, en étant utiles aux autres ou à une cause qui leur est chère. Le Forum des Seniors est une occasion unique d'échanger en face à face avec des associations pour faire son choix dans des domaines très variés : santé, insertion, emploi, enfance.... *Dans le village « Associations ».*



5 Se détendre et se faire plaisir

Des animations gratuites ouvertes à tous pendant les quatre jours pour passer un moment agréable et convivial. Les visiteurs pourront participer au casting du **concours mannequins seniors amateurs** organisé par le forum. Les candidats s'inscrivent et repartent avec leur photo. À la clé, les gagnants pourront intégrer « Masters », l'agence spécialisée mannequins seniors.

6 Réaménager son logement et celui de ses parents

Une fois les enfants partis, on réaménage souvent son logement. On cherche aussi des solutions pour permettre à ses parents de rester chez eux. Les visiteurs pourront rencontrer des résidences services et aussi des spécialistes des services à la personne. Présentation des innovations domotiques et des technologies qui facilitent la vie et améliorent la sécurité dans « **l'Appartement du Bien Vivre** » avec un parcours ludique de quinze mesures simples guidé par des ergothérapeutes. Une initiative du Forum réalisée en partenariat avec Evidences Seniors et Soliha. *Dans les villages « Mon logement » et « Bien vivre chez moi »*



7 Tester des innovations en avant-première

Le Forum a sélectionné des startups qui lancent des produits et des services utiles à tous, dont les seniors. Ces entrepreneurs enthousiastes, souvent très jeunes, viennent tester leurs projets auprès des 50+ dans l'espace « **Silver Lab** ». *Dans le village « Nouvelles technologies »*



INFORMATIONS PRATIQUES

- * Dates : vendredi 1er et samedi 2 mars 2019
- * Horaires : Tous les jours de 10h à 18h
- * Lieu : Rennes, Parc des Expositions de Rennes Aéroport – Hall 3
- * Invitations gratuites à télécharger sur www.forumdesseniorsbretagne.com/ 5 euros sur place.

CONTACT PRESSE

Béatrice MABIT - Directrice Communication
beatrice.mabit@salonsdeseniors.com
06 64 56 53 27 - 01 81 93 82 91