



VENDREDI SAMEDI
07 | 08 FÉVRIER 2020
PARC DES EXPOSITIONS DE RENNES AÉROPORT • HALL 3

Communiqué de Presse
Paris, 22 janvier 2020

J-15 AVANT LE FORUM DES SENIORS BRETAGNE **Découvrez les 10 temps forts cette 3ème édition**

Le Forum des Seniors Bretagne ouvrira de nouveau ses portes les **vendredi 7 et samedi 8 février 2020**, au Parc des expositions de **Rennes** (hall 3) – de 10h à 18h.

Coorganisé par la Carsat Bretagne, qui en est à l'origine, et l'Institut Français des Seniors, cet évènement s'est imposé comme le rendez-vous annuel incontournable des seniors actifs.

Près de 9000 visiteurs y sont attendus et la moitié d'entre eux ne sont pas encore retraités. Ils viennent pour y préparer la « troisième mi-temps » de leur vie. Aujourd'hui nous avons 27 ans d'espérance de vie à la retraite ! C'est donc le moment de faire des projets pour « vitaminer » cette nouvelle tranche de vie !

Les visiteurs viennent y faire le plein d'**idées**, trouver des **informations** utiles à leurs projets et rencontrer les meilleurs **experts**, regroupés dans **9 villages thématiques**.

100 exposants, 65 conférences, animations et ateliers pour préparer sa nouvelle vie dans tous les domaines : **retraite et patrimoine, santé et bien-être, culture, nouvelles technologies, l'emploi après 50 ans, maintien à domicile, loisirs et voyages, logement, associations...**

Un programme complet pour s'informer et se faire plaisir !

Parmi les temps forts 2020 : un « Parcours Prévention Santé », des consultations gratuites sur « Mon Espace Conseil Retraite », des innovations de startups françaises présentées sur le « Silver Lab », une « Maison du Bien Vivre », un village d'Associations pour choisir son engagement bénévole, des démonstrations et des cours d'initiations sportives gratuits...

CONTACT PRESSE :

margaux.arnoud@hsconseil.com
01 81 93 82 90 – 06 66 71 25 41



Communiqué de Presse
Paris, 22 janvier 2020

VENDREDI SAMEDI
07 | 08 FÉVRIER 2020
PARC DES EXPOSITIONS DE RENNES AÉROPORT • HALL 3

LES 10 TEMPS FORTS DU FORUM A NE PAS MANQUER

1) Tout savoir sur sa retraite

Les conseillers de la CARSAT et de l'AGIRC – ARRCO recevront sans rendez-vous sur l'Espace Retraite.

Grâce aux services en ligne le visiteur saura calculer sa retraite, à quel âge partir et quelles démarches faire et à quels moments.

Le cumul emploi retraite, comment faire si on est poly pensionné, la pension de réversion, que se passe-t-il si je suis au chômage... les spécialistes présents répondront à toutes les questions spécifiques. Des informations complétées par deux conférences plénières : « **Votre retraite en ligne, c'est simple et pratique** »



2) Connaitre ses droits, faire les bons choix

Des notaires de la chambre d'Ille-et-Vilaine et des avocats du barreau de Rennes assureront des **consultations juridiques gratuites** tout au long de ces deux jours. Des conférences sur **la transmission de patrimoine**, les mesures de protection des proches et les droits des consommateurs auront également lieu.

3) Organiser ses prochaines vacances et ses loisirs

Pour ceux qui ont soif de découverte et de culture, le Forum présente des offres sur-mesure pour tous les budgets, des bons plans et des idées originales pour partir en France ou à l'étranger le temps d'un week-end ou d'un long séjour et propose aussi de (re) découvrir Rennes et sa région... Ne manquez pas la conférence sur les 58 magnifiques espaces naturels du département.

4) Prendre soin de soi avec le Parcours Prévention Santé

Ce sont **45 événements santé** pour bien vivre son âge que le Forum des Seniors a créé avec les institutions et les associations de la région, dont le **Centre Prévention Bien Vieillir Agirc-Arrco Bretagne**.

CONTACT PRESSE :

margaux.arnoud@hsconseil.com

01 81 93 82 90 – 06 66 71 25 41

FORUM des SENIORS BRETAGNE

VENDREDI SAMEDI

07 | 08 FÉVRIER 2020

PARC DES EXPOSITIONS DE RENNES AÉROPORT • HALL 3

Communiqué de Presse
Paris, 22 janvier 2020



Des professionnels de santé, qui connaissent très bien les petits soucis et les affections qui peuvent survenir après 50 ans, médecins, infirmières, ergothérapeutes kinésithérapeutes, opticiens, audio prothésistes ... animeront des ateliers sur l'« **Espace Conseil Santé** », soutenu par Harmonie Mutuelle, des conférences plénières, des initiations sportives gratuites et un « **Espace Dépistages** ».

Bien vieillir, la sexualité, le sommeil, les médicaments, la nutrition, la mémoire... et

bien d'autres thèmes.

Sur le Forum on teste sa vue, son audition, sa dépendance au tabac, sa forme physique, et on profite de dépistages du diabète et de la tension. On peut aussi participer à des cours gratuits de zumba, suivre des cours de gym douce et apprendre les étirements à faire le matin pour affronter la journée en pleine forme !

De nombreuses mutuelles sont là pour apporter des conseils de prévention et guider les visiteurs dans le choix d'une **complémentaire santé**, un passage obligé une fois à la retraite.



5) Se lancer dans 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. Le Forum des Seniors accueille une sélection d'associations pour faire son choix dans des domaines très variés.



6) Suivre le parcours sécurité de la Maison du Bien Vivre

Créée par le Forum, il explique comment adapter son logement et celui de ses parents pour y vivre confortablement et très longtemps.

Les visiteurs suivent un **parcours sécurité** animé par des ergothérapeutes de Soliha qui présenteront dans chaque pièce de façon claire, les mesures simples et économiques pour **éviter les chutes**

CONTACT PRESSE :

margaux.arnoud@hsconseil.com

01 81 93 82 90 – 06 66 71 25 41



Communiqué de Presse
Paris, 22 janvier 2020

VENDREDI SAMEDI
07 | 08 FÉVRIER 2020
PARC DES EXPOSITIONS DE RENNES AÉROPORT • HALL 3

(9300 décès par an, première cause de mortalité des plus de 65 ans) et vivre confortablement grâce à du **mobilier innovant**.

Les visiteurs repartiront avec **un guide aide-mémoire gratuit** conçu spécialement par les organisateurs du Forum.

Il existe plusieurs types **d'aides financières** pour aménager son logement. Les conseillers de **Bien Vieillir Bretagne**, et ceux de **Soliha**, seront présents au Forum pour guider les visiteurs et les aider à constituer leurs dossiers de demandes.

A côté de cette maison, les visiteurs pourront rencontrer des professionnels qui proposent des services permettant le maintien à domicile : **services à la personne, télé assistance**, équipementiers, douches ...

Une autre façon de continuer à vivre chez soi est de rejoindre une résidence service : on a son propre logement tout en bénéficiant de prestations dans la vie quotidienne. **Les nouvelles résidences de la région seront sur le Forum.**



7) Tester et découvrir des innovations en avant-première

Le Forum a par ailleurs sélectionné huit startups qui lancent des produits et des services utiles à tous et notamment aux seniors. Ces jeunes entrepreneurs enthousiastes viendront présenter et tester leurs projets auprès des 50+ dans l'espace « **Silver Lab** ».

Des professionnels de la téléphonie présenteront au Forum les derniers produits sortis, toujours plus faciles à utiliser.

8) Vivre en sécurité au quotidien

Les référents sécurité de la **Gendarmerie Nationale**, spécialistes de la prévention, se mobiliseront pendant les deux jours pour donner aux visiteurs les recettes simples pour éviter les escroqueries, les vols, les cambriolages et les arnaques internet...

9) Jouer et apprendre en participant au grand Jeu concours du Forum animé par Silver Alliance

Silver Alliance est un concept nouveau en France qui rassemble une sélection de marques de confiance au service du bien vieillir à domicile. Elle a choisi ce Forum pour une présence inédite avec 9 de ses membres : Audika, Doro, Easy Shower, O2 Care

CONTACT PRESSE :

margaux.arnoud@hsconseil.com

01 81 93 82 90 – 06 66 71 25 41



Communiqué de Presse
Paris, 22 janvier 2020

VENDREDI SAMEDI
07 | 08 FÉVRIER 2020
PARC DES EXPOSITIONS DE RENNES AÉROPORT • HALL 3

Services, Les Opticiens Mobiles, les Jardins animés, les Senioriales, Kibolt et Vitalimmo ;
Le Forum leur a confié l'organisation et les dotations de son grand jeu concours annuel.

10) Le Forum des Seniors Bretagne recherche ses égéries pour l'édition 2021 !

Les visiteurs pourront prendre la pose devant un photographe professionnel et tenter leur chance pour incarner la femme et l'homme qui symboliseront le Forum des Seniors Bretagne 2021. Ils repartiront avec leur photo ! Accès gratuit et ouvert à tous.



INFORMATIONS PRATIQUES

- * Dates : du vendredi 7 au samedi 8 février 2020
- * Horaires : tous les jours de 10h à 18h
- * Lieu : RENNES – Parc des expositions aéroport – Hall 3. Bus ligne 57, arrêt Saint Jacques de la lande
- * Invitations gratuites à télécharger sur www.forumdesseniorsbretagne.com - 5 euros sur place.

Le Forum des Seniors Bretagne est coorganisé par la Carsat Bretagne et l'Institut Français des Seniors.

La Carsat Bretagne assure trois grandes missions : la préparation et le paiement de la retraite, l'aide et l'accompagnement des retraités et des personnes fragilisées, et la prévention des risques professionnels. Plus de 600 000 retraités bretons sont concernés. Elle accompagne les personnes fragilisées par des problèmes de santé, de handicap et par le vieillissement. Elle favorise l'accès aux soins des personnes en situation de précarité, contribue à la lutte contre l'exclusion et au maintien à domicile des seniors.

L'Institut Français des Seniors organise par ailleurs le Salon 50+ Days à Paris du 15 au 17 octobre 2020 et le Forum des Seniors Atlantique à Nantes du 19 au 21 novembre 2020. Il réalise des études et des sondages sur son panel « Silver testeur », anime des stages de préparation à la retraite et conçoit des campagnes de communication à l'attention des seniors. Sa mission est de valoriser leur place dans la société et de les aider à construire un projet de vie à la retraite.

Les études de L'Institut Français des Seniors : cliquez [ici](#)

Le kit média : cliquez [ici](#)

Accréditation Presse : cliquez [ici](#)

CONTACT PRESSE :

margaux.arnoud@hsconseil.com

01 81 93 82 90 – 06 66 71 25 41