

Un « Parcours Prévention Santé »

Au Forum des Seniors du 21 au 23 novembre 2019
Parc des expositions de Nantes la Beaujoire



Les $\frac{3}{4}$ des plus de 50 ans se sentent en bonne santé mais 37% doivent se surveiller régulièrement (étude Institut Français des Seniors) et 80% déclarent faire vraiment attention à leur santé au quotidien (étude TGI)

Pour sa 6ème édition, le Forum des Seniors met la santé à l'honneur avec 50 événements consacrés à cette thématique en 3 jours : conférences plénières, ateliers, dépistages et exercices physiques... de quoi informer les 8000 visiteurs attendus sur les moyens de prévenir les maladies liées à l'âge et de rester en forme !

Ils constituent un « **Parcours Prévention Santé** » animé par des médecins, des infirmières, des ergothérapeutes, des kinésithérapeutes, des opticiens, des audio prothésistes, des pharmaciens, des nutritionnistes, des psychologues...

Il a été conçu par un **Conseil scientifique régional** * réunissant les professionnels de santé de la Région Pays de la Loire et présidé par le Pr Gilles Berrut, chef du pôle gérontologie du CHU de Nantes et fondateur du Gérontopôle Pays de la Loire.

Des conférences

Des conférences plénières font le point sur de grands sujets de santé, avec les plus grands spécialistes de Nantes : bien vieillir, le sommeil, la mémoire, les médicaments, le Dossier Médical Partagé DMP...

Des ateliers santé interactifs

Tout au long des trois jours se succéderont **toutes les 30 minutes** des ateliers santé sur l'« Espace Conseil Santé » du Forum. Près de 40 ateliers **interactifs sur des thèmes très variés et pointus** où les visiteurs posent leurs questions et ressortent avec des conseils et des **bonnes pratiques**.

Nutrition, mémoire, prévention des cancers, diabète, addictions, sophrologie, réflexologie, médecines douces, vaccination...

Un espace dépistages

Les seniors sont deux fois plus touchés que la moyenne par le diabète, les problèmes d'audition, les problèmes cardiaques et le cholestérol. **Des dépistages réalisés par des professionnels de santé sont proposés gratuitement aux visiteurs** : diabète, tension artérielle (HTA), informations cancers, vue, capacité respiratoire (BPCO) et dépendance au tabac.

Des exercices physiques

Sur la scène d'animations, se succèdent des démonstrations et des initiations de de taïso, de Qi Qong, yoga, gymnastique, parcours équilibre, déverrouillage matinal...

Un grand choix de complémentaires santé

De nombreuses mutuelles seront présentes 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.

La **CPAM de la Loire Atlantique** répond à vos questions et vous explique comment ouvrir votre DMP

Le Forum accueille cette année des **starts up santé** sur son « Silver Lab » pour confronter leurs projets à l'avis des visiteurs.

*Le Conseil scientifique du Forum des Seniors

- *Pr. Gilles Berrut, chef du pôle gériatrie du CHU de Nantes et fondateur du Gériatopôle Pays de la Loire.*
- *Dr Vincent Ould Audia, président du Gériatopôle Pays de la Loire*
- *Dr Sophie Pichierri, gériatre et directrice du Centre Prévention Bien Vieillir Agirc-Arrco Pays de Loire*
- *Dr Alain Guillemot, pharmacien président de l'Union des professionnels de Santé pharmaciens des Pays de la Loire*
- *Monique Monier, masseur kinésithérapeute, responsables des programmes seniors de Kiné Prévention 44*



INFORMATIONS PRATIQUES

* Dates : Du jeudi 21 au samedi 23 novembre 2019

* Horaires : Tous les jours de 10h à 18h

* Lieu : Nantes, Parc expo de la Beaujoire Hall 2

Accès Tram 1 station la Beaujoire. Bus ligne C6,75,80 ; Périphérique sortie 40.

Parking gratuit.

* Invitations gratuites à télécharger sur www.forumdesseniorsatlantique.fr
5 euros sur place.

CONTACTS PRESSE

Margaux Arnoud – Chargée de Communication

margaux.arnoud@hsconseil.com

06 66 71 25 41 - 01 81 93 82 90



ASSOCIATIONS



SANTÉ, SPORT
& BIEN-ÊTRE



TOURISME
& PASSIONS



PATRIMOINE



LOGEMENT : SOLUTIONS
& ÉQUIPEMENTS



DIGITAL & TECH



SERVICES
À DOMICILE



LA BOUTIQUE



RETRAITE
& EMPLOI