

# Salon des seniors

Quoi de neuf pour les 50+ ?

MERCREDI 3 | JEUDI 4 | VENDREDI 5 | SAMEDI 6 AVRIL 2019  
PARIS • PORTE DE VERSAILLES • HALL 4 • de 10h à 18h

VENDREDI 5 AVRIL 2019

Parcours  
Prévention  
Santé

## Participez au PARCOURS PREVENTION SANTE ! Unique en France !

Plus de 70 évènements sur 4 espaces à votre disposition pour vous informer et faire le point

SALLE MARTIN LUTHER KING Conférence 10h15-11h00

«La maladie d'Alzheimer et le microbiote»

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 10h30-11h00

Et si votre Cholestérol était héréditaire?

SALLE JOHN FITZGERALD KENNEDY Conférence 10h30-11h15

Les acouphènes : efficacité des thérapies sonores

ESPACE SPORT Atelier Sport 10h30-11h15

MARCHE NORDIQUE

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 11h00-11h30

Initiez-vous à la sophrologie

SALLE MARTIN LUTHER KING Conférence 11h10- 11h55

Nutrition / Dénutrition: les règles à observer, les risques à éviter

SALLE JOHN FITZGERALD KENNEDY Conférence 11h25- 12h10

AVC : les signaux d'appels, qui contacter et comment les détecter ?

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 11h30-12h00

Les bienfaits de La Cohérence Cardiaque !

ESPACE SPORT Atelier Sport 11h30-12h15

TAISO

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 12h00-12h30

Activité physique – bien dans son corps, bien dans sa tête

SALLE MARTIN LUTHER KING Conférence 12h05-12h50

L'aide aux aidants

SALLE JOHN FITZGERALD KENNEDY Conférence 12h20-13h05

Qu'est-ce que l'insuffisance cardiaque - comment la reconnaître ?

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 12h30-13h00

Évaluer son risque de chuter et améliorer son équilibre

SALLE MARTIN LUTHER KING Conférence 13h00-13h45

L'adaptation de l'habitat

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 13h30-14h00

Démonstration du costume de simulation du vieillissement

ESPACE SPORT Atelier Sport 13h45- 14h30

AIKIDO/ AIKI BUDO

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 14h00-14h30

Démonstration du costume de simulation du vieillissement

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 14h30-15h00

Initiez-vous à la sophrologie

ESPACE SPORT Atelier Sport 14h45-15h30

TAISO

SALLE MARTIN LUTHER KING Conférence 14h50-15h35

Les gestes simples de la vie quotidienne avec une personne âgée

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 15h00-15h30

Rôle des infirmiers dans le maintien à domicile

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 15h30-16h00

Bien vivre sa sexualité à tout âge

ESPACE SPORT Atelier Sport 15h45 - 16h30

AIKIDO/ AIKI BUDO

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 16h00-16h30

Mettez de l'Huile (Essentielle) dans vos rouages...

Pour conserver votre souplesse !

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 16h30-17h00

La vaccination des séniors

SALLE MARTIN LUTHER KING Conférence 16h40-17h25

Les voyages, quels risques ? Quels moyens de s'en prémunir ?

ESPACE CONSEIL SANTÉ Atelier Santé 17h00-17h30

Les conseils pour améliorer le confort de vue au quotidien

ESPACE DÉPISTAGE / STANDS PARTENAIRES

Dépistage Toute la journée

Diabète, tension artérielle, audition, vue, cholestérol,  
capacité respiratoire (BPCO)