

23e édition du SALON DES SENIORS

Rendez-vous du 6 au 9 octobre 2021 à Paris, hall 2.2 Porte de Versailles

Principal événement senior en France, la prochaine édition du **SALON DES SENIORS** se tiendra du **mercredi 6 au samedi 9 octobre 2021, à Paris, Porte de Versailles – hall 2.2.**



Les seniors ont été touchés de plein fouet par la crise sanitaire en 2020 et ont plus que jamais besoin d'optimisme. Cette année Le **SALON DES SENIORS** est placé sous les signes du plaisir, de l'amour et du ressourcement. La conférence de Perla Servan-Schreiber sur le thème « **Aimer c'est vivre et c'est vrai à tout âge** », est en phase avec le fil rouge du **SALON DES SENIORS**. Elle estime notamment qu'aimer c'est vital et que **le pari d'une vieillesse réussie est « de rester vivant et non de rester jeune »**.



Cet événement a été conçu pour que les visiteurs passent un moment privilégié et léger, qu'ils se divertissent, s'instruisent et se fassent plaisir. En stimulant leurs mains vertes dans la terre avec **l'Espace nature**, se sentir en vie en préparant et savourant les plats concoctés lors de **l'Atelier culinaire** ou retravailler leur CV pour un nouveau départ sur **l'Espace Emploi** ou encore se relaxer avec l'automassage ou le yin yoga sur **l'Espace zen** ou enfin faire un check-up, rééduquer leur odorat ou apprendre à arrêter le sucre sur **l'Agora santé**.



Sur le salon, les seniors viendront découvrir **les destinations de voyage** qui ont le vent en poupe, trouver **des idées culturelles et créatives sur la scène des loisirs** (cinéma, théâtre, mosaïque, scrapbooking...) ou **des sports classiques ou originaux** (golf, zumba, danse orientale...), s'offrir ou offrir des livres et les faire dédicacer par leurs auteurs (Serge Guérin, Audrey Dufeu-Schubert, Pierre Amarengo, Régine Quéva...), participer aux **ateliers** exposants et assister aux **conférences**.

Le **SALON DES SENIORS 2021** a été repensé pour faciliter la visite. Il est organisé autour **de 6 univers thématiques, couvrant** ainsi l'ensemble des sujets et des préoccupations quotidiennes :

M'ÉVADER, ME DIVERTIR : tourisme, voyages, loisirs, activités créatives, sports, culture, jardinage

Les seniors adorent voyager ! Près de 50 % des quinquagénaires français pensent en premier aux voyages pour dépenser leur argent. Ainsi, les trois quarts des personnes de 62 à 71 ans sont partis en voyage au moins une fois durant l'année. **Globalement, les touristes seniors auront réalisé plus de 22 milliards d'euros de dépenses touristiques en 2017 ***

MON BIEN-ÊTRE, PRENDRE SOIN DE MOI : Bien-être, beauté, mode, alimentation, méditation, relaxation

18 % des 55 ans et plus pratiquent le yoga : Yoga, Pilate, relaxation, méditation... Toutes ces activités ont des bienfaits avérés chez les seniors. Elles ont un point commun : lutter contre le stress, la fatigue ou certaines émotions négatives qui peuvent les submerger au quotidien, apprendre à relâcher toutes ces tensions. Savoir se relaxer est d'autant plus important pour les seniors pour allier bien-être et santé.

MA SANTÉ : santé, e-santé, prévention, dépistage, nutrition

Les premières préoccupations des seniors sont aujourd'hui liées à la santé : **80 % d'entre eux font attention à leur santé** et s'assurent un bon suivi médical. Ils sont 69 % à s'informer régulièrement sur les avancées médicales et près d'un tiers à déjà utiliser des objets de santé connectés. **85 % prennent soin de leur alimentation en mangeant équilibré** (38 % à suivre un régime pour rester en bonne santé).

Les seniors de 2021 veulent rester dynamiques pour repousser le plus loin possible les signes de l'âge. Rester en forme et en bonne santé nous concerne tous, plus encore au fil des années.

CONTACTS MÉDIAS

MA VIE ACTIVE : emploi, vie associative, bénévolat, sociabilisation, famille, nouvelles technologies

« **Heureux comme un senior actif** » : les seniors sont d'autant plus heureux qu'ils se sentent utiles. La contribution, le sentiment d'utilité sont totalement corrélés à l'indice de vitalité et au sentiment d'être heureux. Un senior épanoui est un senior qui apprend, bouge et aide les autres. Les seniors transmettent leur sagesse et leurs compétences et donnent une richesse unique dans notre société : leur temps. Sans l'implication des bénévoles seniors et surtout des retraités, bon nombre d'associations ne pourraient tout simplement pas survivre.



L'engagement associatif tout comme les loisirs progresse avec l'âge :

- **41% des bénévoles ont entre 65 et 74 ans.** Ils sont 3,9 millions de seniors bénévoles de plus de 65 ans en France
- **95% des 55 ans et plus sont des contributeurs économiques et sociaux :** garde des petits enfants, contribution économique ou sociale, aide d'un proche dépendant...

MES DROITS, MA RETRAITE, MON PATRIMOINE : démarches administratives, droit, retraite, patrimoine, fiscalité

Conseillers bancaires, mutuelles, assurances ou juridiques seront présents sur le salon pour guider les seniors dans leurs interrogations sur tous ces sujets essentiels. Il sera également possible de consulter des notaires et des avocats, pour devenir incollable sur ses démarches administratives, poser des questions et repartir avec des réponses concrètes sur la fiscalité, le patrimoine, la retraite...



Comment les seniors gèrent-ils leur patrimoine, leur retraite ?

- 65 % des 50 ans et plus mènent une vie très agréable et s'en sortent avec leurs revenus actuels.
- 61 % détiennent des actions
- 60 % possèdent des assurances-vie
- 49 % de l'épargne
- 68 % possèdent des résidences secondaires

MON CADRE DE VIE : logement, confort, solutions d'habitat seniors, ameublement adapté, services à la personne, sécurité au domicile

- 93 % des plus de 65 ans vivent à domicile
- En 2040 près de 15 % des Français auront 75 ans et plus
- En 2050, près de 5 millions de Français auront plus de 85 ans

Rester chez soi pour y vivre jusqu'au bout de sa vie est le souhait d'une majorité de Français.

C'est un enjeu primordial des années à venir. En 2050, une personne sur trois sera âgée de plus de 60 ans. Et 4 millions seront en perte d'autonomie, soit 16,4 % des seniors, selon une étude de l'Insee. En comparaison, 15,3 % des seniors étaient en perte d'autonomie en 2005, soit 2,2 millions de personnes. Garantir l'autonomie c'est aussi adapter tout le cadre de vie à la longévité. C'est assurer la dignité de tous et laisser à chacun le choix de son lieu de vie.



LES NOUVEAUTÉS À DÉCOUVRIR SUR LE SALON

L'ESPACE SILVER LAB : Le SALON DES SENIORS et Silver Valley (communauté de seniors bénévoles) proposent de découvrir et de tester 24 innovations au service des seniors au sein de l'Espace Silver Lab : écrire le livre de sa vie, porter des vêtements adaptés et connectés, participer à des ateliers intergénérationnels, envisager la cohabitation intergénérationnelle. Cet espace est consacré à l'innovation et rassemble 6 startups par jour.

Les visiteurs peuvent participer à des « Concept crash », en tant que testeurs privilégiés de ces innovations et donner leurs avis en direct aux créateurs : utilité, design, concept, tous les retours sont souhaités pour faire grandir ces projets d'innovations au service de la longévité !

L'ESPACE EMPLOI : Pour les seniors qui cherchent un emploi ou un complément de revenu, l'Espace Emploi **TeePy Job** offre un accompagnement et des solutions :

- Ateliers de coaching spécialisés (bilan de compétences, coaching recrutement, conseils CV...), encadrés par des experts.
- Sessions de recrutement avec des recruteurs à la recherche de profils expérimentés.

L'ESPACE CUISINE PAR LE GALOIS : Du mercredi au samedi, sur l'atelier cuisine les becs salés ou sucrés trouveront leur bonheur grâce aux **dégustations** de poulet (avec le Galois) ou de crêpes et gaufres avec la mairie de Paris.

Lors des démonstrations culinaires, les chefs dévoileront leurs secrets et astuces pour réaliser des recettes saines, simples et gourmandes comme : *un parmentier de panais à l'huile de noisettes et bœuf au cumin ; un cabillaud rôti sauce cacahuète avec patate douce et chips de parmesan ; une Panna cotta au pralin ; clémentine et crumble de chocolat salé.*

L'ESPACE NATURE AVEC JARDINS ANIMÉS

S'amuser et apprendre... Sur l'espace nature qui est consacré au jardin, la nature et l'environnement. On peut apprendre grâce aux interventions de professionnels sur les thèmes par ex : *le zéro déchet / réduire, recycler, réutiliser dans le quotidien ou Le traitement biologique dans les appartements et les jardins, comment éviter la chimie ?*

Mais aussi s'amuser grâce aux ateliers par ex : *Composition florale : comment égayer son quotidien simplement ? ou Comment fabriquer son huile végétale et se faire du bien par l'auto-massage ?*

L'ESPACE ZEN : **Medisite.fr** s'associe à **Medoucine** sur l'espace Zen. Encadrés par les experts de Medoucine, les visiteurs s'initient à différentes médecines douces et s'accordent du temps avec l'automassage, le Yin Yoga, la sophrologie ou l'autohypnose.

L'AGORA SANTÉ : située à l'entrée du salon, l'agora santé propose des mini-conférences et des ateliers pratiques pour optimiser sa santé et apprendre toutes les astuces pour rester en forme, quelques sujets abordés :

Perte de l'odorat et du goût, comment se rééduquer ?

L'impact psychologique est immense pour des personnes privées de ce sens. Elles ont l'impression de vivre sous cloche et de manger du carton. Il n'est pas toujours évident de confier l'état de « tristesse générale » et cette impression de « vide à l'intérieur » dans lequel beaucoup se retrouvent plongés depuis des mois.

Comment arrêter le sucre ?

Une conférence pour s'y retrouver entre les sucres à privilégier et ceux à éviter. Car nous sommes tous, parfois à notre insu, accros au sucre. Mais tous les sucres ne se valent pas. Certains peuvent donner lieu à une véritable addiction et consommés en excès, peuvent avoir des effets délétères sur notre santé : diabète, surpoids, maladies du foie, du cœur.

Les plantes : un atout pour le système immunitaire

Comment le système immunitaire fonctionne et par quels moyens il peut être renforcé grâce aux plantes, dont les bienfaits sont nombreux ? Un système immunitaire renforcé permet de mieux lutter contre les agressions.

Agir pour vaincre les maladies de la vue

Une conférence qui aborde tous les moyens de conserver une bonne vision mais aussi de savoir à qui doit-on s'adresser en fonction des besoins et objectifs en faveur de la recherche médicale. Le débat est ouvert avec l'association Retina France.

CONTACTS MÉDIAS

Alexandra Langlois • 06 62 88 36 90 • a.langlois@coromandel-rp.fr
Jérôme Aubé • 06 29 28 76 55 • j.aube@coromandel-rp.fr

LES CONFÉRENCES DU SALON DES SENIORS

Ces conférences permettent de faire le point sur des grands sujets sociétaux et dans l'ère du temps, toutes animées par des experts, auteurs, professeurs, médecins, avocats, notaires, professionnels passionnés. Elles **se déroulent tous les jours de 10h00 à 18h00 et correspondent aux 6 thématiques du SALON DES SENIORS.**

Voici quelques rendez-vous :

Héritage et familles recomposées

Une conférence qui aborde les solutions juridiques pour organiser la transmission de son patrimoine en toute sérénité et en respectant ceux que l'on souhaite protéger sans léser personne. Les notaires le savent mieux que personne : héritages et successions exacerbent souvent les tensions familiales. A fortiori lorsque la famille s'est « recomposée » au fil des années, des unions et des désunions. Selon l'Insee, la France compterait autour de 10% de ces familles dans lesquelles, « un couple vit avec au moins un enfant dont un seul des conjoints est parent ».

Les seniors et leur santé après la crise sanitaire : quelles évolutions ?

La conférence s'appuie sur une étude pour comprendre l'évolution des seniors et leur santé après la crise sanitaire : quel est leur état d'esprit ? Quel a été l'impact de la crise sur leur mode de vie ? Comment les seniors appréhendent-ils leur santé en 2021 ? Ou encore que mettent-ils en place en termes de prévention. Les modes de vie des seniors ont évolué : grande connectivité, nouvelles aspirations, et un rapport à la santé et à la santé auditive qui évolue. Alors comment s'adapter à leurs besoins et leurs envies ?

Adopter un chien : avantages et inconvénients

De nombreux seniors souhaitent accueillir un chien dans leur foyer. Cette conférence interactive met en lumière tous les avantages de l'adoption mais informe sur les difficultés que l'on peut éventuellement rencontrer. Elle vise à aider dans le choix du type de chien qui correspond au mieux au propriétaire, à expliquer à quoi il faut s'attendre avec ce nouvel arrivant et à souligner les aspects bénéfiques de l'adoption d'un chien. Seront présents une éducatrice canine et un témoin qui fera partager son expérience d'adoptant à l'âge de la retraite.

Comment bien utiliser Facebook et protéger sa vie privée ?

Cette conférence explique comment bien utiliser le plus grand des réseaux sociaux tout en protégeant sa vie privée. Facebook peut faciliter les échanges avec ses amis et sa famille où qu'ils soient dans le monde. Mais comment exploiter au mieux cet outil de communication ?

Les 3 choses que j'aurai aimé connaître avant de prendre ma retraite

Cette conférence permet de repartir avec 3 clés à connaître avant de prendre sa retraite, d'écouter le témoignage d'anciens participants qui expliqueront concrètement quelles sont les erreurs qu'ils ont commises et comment les éviter. Et de poser toutes les questions liées à ce sujet : comment se projeter, gérer la paperasse et les démarches administratives.

LES STANDS DES EXPERTS : DES DÉPISTAGES GRATUITS

Des sessions de dépistage se déroulent sur les stands des exposants qui proposent de : **mesurer sa glycémie** avec Roche Diabète Care, **contrôler son audition** avec Audika ou **sa vue** avec Optic 2000 et Alain Afflelou...

Durant les 4 jours du Salon des associations seront présentes pour informer les visiteurs et les aider à mettre en place dès aujourd'hui les bonnes habitudes de demain.

CONTACTS MÉDIAS

Alexandra Langlois • 06 62 88 36 90 • a.langlois@coromandel-rp.fr
Jérôme Aubé • 06 29 28 76 55 • j.aube@coromandel-rp.fr



SALON DES SENIORS

L'âge de toutes vos envies

06-09 octobre

2021

PARIS

PORTE DE VERSAILLES

hall 2.2

LE SALON DES SENIORS 2021

Pendant les quatre jours du SALON DES SENIORS, les 45 000 visiteurs viendront découvrir les nouveautés, faire le plein de bonnes idées, trouver les informations utiles à leurs projets et rencontrer + de 150 exposants et les meilleurs experts au sein des **six univers thématiques** : **M'évader, Me divertir / Mon bien-être, Prendre soin de moi / Ma santé / Ma vie active / Mes droits, ma retraite, Mon patrimoine / Mon cadre de vie.**

Les visiteurs pourront également assister à **plus d'une centaine de conférences** et **une cinquantaine d'animations**, des moments d'informations et d'échanges, animés par des spécialistes.

SALON DES SENIORS EN BREF

+ 45 000 visiteurs en 2019

+ 150 exposants pour échanger

+ 100 conférences pour s'informer et repartir avec des réponses concrètes

+ 50 animations pour tester les nouveautés

Dates : du mercredi 6 au samedi 9 octobre 2021

Horaires : tous les jours de 10h00 à 18h00

Lieu : Paris, Porte de Versailles – hall 2.2

Invitations gratuites à télécharger sur : www.salondesseniors.com

COVID-19 : POUR UNE VISITE EN TOUTE SÉCURITÉ

- Le port du masque est obligatoire pour tous dans l'enceinte du salon
- Présentation d'un pass sanitaire obligatoire pour accéder au salon
- Des affiches rappellent les gestes barrières
- Les espaces communs sont régulièrement nettoyés
- Des distributeurs de gel hydro alcoolique sont disponibles à l'entrée et dans les allées du salon
- Les salles de conférences et des ateliers sont adaptées pour respecter les distanciations physiques.

CONTACTS MÉDIAS

Alexandra Langlois • 06 62 88 36 90 • a.langlois@coromandel-rp.fr

Jérôme Aubé • 06 29 28 76 55 • j.aube@coromandel-rp.fr