

ENTRÉE
GRATUITE

Restauration
sur place

1^{ER} SALON DU BIEN VIEILLIR EN ANJOU



5 NOVEMBRE 2025
9 H > 17 H

Centre de Congrès
33 boulevard Carnot - 49100 Angers



EN PRÉSENCE DU
D^r Gérald Kierzek

Vous avez plus de 60 ans et vous souhaitez mieux connaître vos droits, les services, les activités, les solutions d'hébergement ou les solutions pour bien vivre à domicile près de chez vous ? Ce salon est fait pour vous !

Tout au long de la journée, rencontrez une soixantaine d'exposants locaux et profitez des conseils et mises en pratique pour bien bouger ou mieux manger.



LE PROGRAMME DU SALON :

9 h - 10 h

Ouverture officielle

10 h - 11 h

Conférence : **Arnaques en ligne et au domicile : comment s'en prémunir ?**

11 h 15 - 11 h 45

Animation culinaire salée

11 h 30 - 12 h

Atelier activités physiques et prévention des chutes avec Siel Bleu (1^{re} session)

13 h - 13 h 30

Atelier activités physiques et prévention des chutes avec Siel Bleu (2^e session)

13 h 45 - 14 h 15

Animation culinaire sucrée

13 h 30 - 14 h 30

Conférence : **Seniors et aidants : compatible ou pas ?**

14 h 30 - 15 h

- **Danse en ligne** avec Josiane Thibolt, animatrice à l'Université angevine du temps libre
- **Atelier activités physiques et prévention des chutes** avec Siel Bleu (3^e session)

15 h - 16 h

Conférence : **Alimentation et longévité : comment mieux manger pour bien vieillir ?**



Avec la participation exclusive du **D^r Gérard Kierzek**, médecin urgentiste à l'Hôtel Dieu de Paris, directeur médical de Doctissimo et chroniqueur médical à la télévision (Télématin, TF1) et à la radio (France Bleu).

16 h 15 - 16 h 45

Remise des prix de la 3^e édition des **Trophées des métiers du domicile**

