

Bordeaux, le 21 novembre 2017



## Dix bonnes raisons de venir au salon Préparer et Bien vivre sa retraite

**Comment préparer sa retraite ? A quel âge partir ? Quelles conditions remplir ? Comment bien vieillir et rester en bonne santé ? Autant de questions qui trouveront leurs réponses au salon " Préparer et Bien vivre sa retraite " les vendredi 8 et samedi 9 décembre 2017 au Hangar 14 à Bordeaux, de 9h00 à 19h00. Le point sur les dix bonnes raisons de s'y rendre.**

### 1. Présence des principaux acteurs du monde de la retraite

Le salon " Préparer et Bien vivre sa retraite " rassemble 5 caisses de retraite du régime de base (CARSAT Aquitaine, MSA Gironde, RSI Aquitaine, CNRACL), 2 caisses de retraite complémentaire (l'Agirc-Arrco représentée par le CICAS Gironde, l'Ircantec) et une caisse de retraite du Régime Additionnel de la Fonction Publique (le RAFP). Auxquelles s'ajoutent Pro BTP et la Caisse Autonome de Retraite des Chirurgiens-Dentistes et des Sages-Femmes (CARCDSF).

Sont également présents, au sein de l'espace " Carrières à l'étranger ", des conseillers retraite des organismes de sécurité sociale d'Espagne, l'Institut National de la Sécurité Sociale espagnole (INSS), et d'Allemagne, DRV Bund de Berlin & la DRV Saarland de Sarrebruck.

### 2. Une centaine d'experts mobilisés

Le salon offre l'occasion de rencontrer en un même lieu des professionnels et des conseillers qui répondront à toutes les questions des assurés en matière de retraite, de santé et de bien vivre.

### 3. Des conseils personnalisés

Les visiteurs ont la possibilité d'être reçus par les conseillers retraite des différentes caisses pour faire un point sur leur carrière et bénéficier de conseils personnalisés pour déterminer le meilleur moment pour partir et le montant de leur pension.

### 4. Toutes les clés pour bien vivre sa retraite

Le passage à la retraite constitue une période de la vie qui soulève beaucoup d'interrogations : Comment organiser et investir son temps libre ? Comment se sentir utile, créer du lien social ?

Pour répondre à ces questions, des animations coordonnées par l'Association de Santé, d'Education et de Prévention sur les Territoires en Gironde (ASEPT) sur la mémoire, la nutrition ou encore l'équilibre rythmeront les deux journées du salon.

### 5. Six conférences et un spectacle interactif

Des conférences sur des thématiques aussi diverses que bien manger, la cohabitation intergénérationnelle ou encore le bénévolat, sont proposées au public sur les deux jours, en accès libre et sans inscription préalable.

Le théâtre-forum " Trois Marches ! ", organisé samedi 9 décembre à 15h, est destiné à sensibiliser les retraités, les aidants professionnels et les aidants familiaux aux risques de chutes au domicile.

### 6. Présentation des offres de services en ligne

Calculer son âge de départ à la retraite, faire le point sur ses droits, suivre l'avancement de son dossier... Désormais, quelques clics suffisent pour effectuer ses démarches retraite. Les principaux acteurs de la retraite présentent vendredi 8 décembre à 16h et samedi 9 décembre à 10h45 une information coordonnée sur les services en ligne gratuits, personnalisés et sécurisés, proposés par les caisses de retraite.

### 7. Des acteurs de la santé, de la prévention et de la protection sociale

Parmi les exposants, le visiteur peut rencontrer des organismes de protection sociale (Eovi Mcd mutuelle, CPAM de la Gironde...) mais également des associations intervenant dans les domaines de la santé et de la prévention : la Maison du Diabète, de la Nutrition, de l'Obésité et du Risque Cardiovasculaire ; GE APA Santé Nutrition...

## 8. Des conseils et astuces pour bien vivre chez soi

Samedi 9 décembre à 13h45, SoliHA anime un atelier, sur l'espace « Bien vivre », pour sensibiliser les seniors aux problématiques de l'aménagement du logement, aux bons gestes et postures et présenter les dernières innovations dans ce domaine.

## 9. Entrée gratuite

Ce rendez-vous unique est gratuit.

## 10. Accès libre et ouvert à tous

Cet événement s'adresse :

- à toute personne souhaitant s'informer sur son départ à la retraite, notamment les personnes âgées de 55 ans et plus ;
- aux retraités, pour disposer de toutes les clés pour bien vieillir.

## Salon Préparer et bien vivre sa retraite

Vendredi 8 et samedi 9 décembre 2017  
de 9h00 à 19h00 - Hangar 14 à Bordeaux - Entrée gratuite

Le programme complet sur [www.preparerbienvivresaretraite.fr](http://www.preparerbienvivresaretraite.fr)

### Contacts presse

#### CARSAT Aquitaine

##### Nadège Lacombe

nadège.lacombe@carsat-aquitaine.fr

Tél : 05 56 11 65 23

#### MSA Gironde

##### Gabrielle Chasles

chasles.gabrielle@msa33.msa.fr

Tél : 05 56 01 97 62

#### RSI Aquitaine

##### Aurélie Cuminal-Turpin

aurelie.cuminal-turpin@aquitaine.rsi.fr

Tél : 05 57 00 06 34

#### CICAS Gironde

##### Marie-Bernadette Cassard

mcassard@agirc-arrco.fr

Tél : 05 24 07 74 92

#### CNRACL

##### Cyril Parodi

cyril.parodi@caissedesdepots.fr

Tél : 05 56 11 37 83

#### Ircantec

##### Isabelle Vergeat-Achaintre

isabelle.vergeat-achaintre@caissedesdepots.fr

Tél : 02 41 05 21 74

#### RAFP

##### Alice Blais / Enora Budet

communication@erafp.fr