

**COMMUNIQUE DE PRESSE**

Le 16 juin 2017

## **Les petits déjeuners de la forme, le nouveau concept de la Carsat Nord-Picardie, la MACIF et AG2R La Mondiale ! Ensemble, ils s'engagent pour le bien-être des seniors.**

Dans le cadre de leurs missions d'information et de conseil en prévention, la Carsat Nord-Picardie, la MACIF et AG2R La Mondiale développent avec l'Institut des Rencontres de la Forme (IRFO) une nouvelle offre à destination des futurs retraités et des personnes retraitées :

### **les petits déjeuners de la forme et les forums de la deuxième jeunesse.**

Il s'agit d'un cycle composé de conférences organisées lors de « Petits déjeuners de la forme » et de « Forums de la deuxième jeunesse » proposant des animations leur permettant d'acquérir les informations utiles et les bonnes pratiques pour garder la forme et bien vivre sa retraite.



### **Le 1<sup>er</sup> petit déjeuner de la forme Où et quand ?**

**Le 20 juin 2017 de 8h30 à 11h**

**Salle Pierre Richard, 1 place Leleu à Valenciennes**

Au programme :

- **8h30 à 9h00 :**  
Accueil avec un petit déjeuner diététique et une évaluation de la forme des seniors à l'aide de tablettes numériques
- **9h00 à 10h :**  
Conférence dynamique et interactive sur les thèmes : « Booster votre forme », « Booster votre santé »
- **10h à 11h00 :**  
Remise de podomètres et présentation de l'outil

**Inscription par mail :** [forme-valenciennes@irfo.fr](mailto:forme-valenciennes@irfo.fr)

Le Forum de la deuxième jeunesse sera quant à lui organisé le 3 octobre prochain salle des Tertiales à Valenciennes. Les partenaires proposeront aux visiteurs différentes prestations pour bien vivre sa retraite au quotidien : ateliers de prévention, engagement et lien social, loisirs, activités physiques, prévention santé et adaptation du domicile.

#### **Contacts :**

Carine SANDRON  
Chargée de Développement Action sociale  
[carine.sandron@carsat-nordpicardie.fr](mailto:carine.sandron@carsat-nordpicardie.fr)  
Tél : 03 20 05 74 39

Gérard LONGATTE  
Responsable de l'Action mutualiste  
[glongatte@macif.fr](mailto:glongatte@macif.fr)  
Tél : 06 80 25 52 43

Aurélien BERTHELIN  
Relations extérieures sociales  
[aurelie.berthelin@ag2rlamondiale.fr](mailto:aurelie.berthelin@ag2rlamondiale.fr)  
Tél : 03 20 71 72 21