

---

## **Forum Bien vivre sa retraite** **Rendez-vous le mardi 11 octobre à Malakoff**

---

Paris, le 27 juillet 2016

Chaque année, la Caisse nationale d'assurance vieillesse (Cnav) s'associe à des partenaires institutionnels et associatifs locaux engagés sur le champ de la prévention, pour organiser les Forums Bien vivre sa retraite. Ces Forums, destinés aux retraités et aux aidants, proposent des conseils et des informations sur le bien-vieillir. Le prochain Forum se déroulera à Malakoff le mardi 11 octobre. L'entrée est libre et gratuite.

La Caisse nationale d'assurance vieillesse (Cnav) organise, en partenariat avec la Ville de Malakoff et avec le concours de partenaires locaux, un Forum Bien vivre sa retraite :

**Mardi 11 octobre 2016 de 9 h à 17 h**  
**Gymnase Marcel Cerdan**  
**37 rue Avaulée**  
**92240 Malakoff**

Au programme de cette journée :

- **Des tables rondes**

- 10 h 00 à 10 h 45 : « Comment organiser son retour à domicile après une hospitalisation ? »
- 11 h 45 à 12 h 30 : « Aider un proche : quel accompagnement pour les aidants ? »
- 14 h 00 à 14 h 45 : « Garder la forme : les clés pour bien vivre sa retraite »
- 15 h 00 à 15 h 45 : « Demain, je m'engage dans de nouveaux projets »

- **Des animations**

Venez découvrir l'atelier « Bouger au quotidien » de 11 h à 11 h 30 et de 16 h à 16 h 30. Les inscriptions se font sur place.

- **De nombreux stands d'information** : comment rester en forme, aménager son cadre de vie, diversifier ses activités, être accompagné en sortie d'hospitalisation, etc.

---

### Contact presse

Julie Portalis  
julie.portalis@cnav.fr  
Tél : 01 55 45 87 68  
 @Cnav\_actu

---

## Seront présents lors du Forum bien vivre sa retraite (par thématique)\* :

### « Je m'informe »

Caisse nationale d'assurance vieillesse (Cnav)  
Centre communal d'action sociale de Malakoff  
Caisse primaire d'Assurance maladie  
Comité départemental des retraités et personnes  
âgées (Coderpa 92)  
Clic Vallée Sud - Grand Paris  
Foreval  
Nouvelles Voies – DEMADOM

### « Je reste en forme »

Club des retraités du CCAS  
Groupement Prévention retraite Île-de-France  
(Prif)

### « Je m'engage et je sors »

Agence nationale pour les chèques vacances  
Fédération des centres sociaux du 92  
France Bénévolat  
Petits frères des Pauvres

### « Je reste en contact »

Au bout du fil  
E-seniors

### « Je rends mon logement sûr et confortable »

Caisse régionale d'assurance maladie d'Île-de-  
France – Escavie  
Soliha

### « Je suis accompagné pour aider mon proche »

France Alzheimer  
Fondation Odilon-Lannelongue

### « Je rentre chez moi sereinement après une hospitalisation »

Caisse nationale d'assurance vieillesse (Cnav)  
Caisse régionale d'assurance maladie d'Île-de-  
France - Service social

\* Liste non exhaustive.

---

### Contact presse

Julie Portalis  
julie.portalis@cnav.fr  
Tél : 01 55 45 87 68  
 @Cnav\_actu