

# dossier de presse

ville de toulon

## Forum Seniors

4 et 5 novembre 2021 // de 9h à 17h30



spectacles  
ateliers  
stands

ENTRÉE LIBRE

### PALAIS NEPTUNE



DANS LE RESPECT DES RÈGLES SANITAIRES EN VIGUEUR

Ville de Toulon > [www.toulon.fr](http://www.toulon.fr)

Service Animation Seniors  
Tél. 04 94 36 30 53

  
Suivez-nous sur les réseaux sociaux



## un forum pour des seniors actifs et dynamiques

VILLE DE TOULON

Hôtel de Ville - Avenue de la République - CS 71407 - 83056 TOULON



# sommaire

<b>SOMMAIRE.....</b>	<b>1</b>
<b>COMMUNIQUE DE PRESSE.....</b>	<b>2</b>
<b>80 EXPOSANTS POUR INFORMER LES SENIORS.....</b>	<b>3</b>
<b>TOULON, VILLE SOLIDAIRE.....</b>	<b>5</b>
<b>LISTE DES PARTENAIRES.....</b>	<b>6</b>

# communiqué de presse

## UN FORUM POUR DES SENIORS ACTIFS ET DYNAMIQUES

---

Les 4 et 5 novembre 2021, la ville de Toulon réunit, au Palais des Congrès Neptune, 80 partenaires dont 25 nouveaux sur la thématique « être en forme et prendre soin de soi ». Ouvert de 9h à 17h30, les aînés de l'aire toulonnaise pourront se renseigner sur les différents sports qu'ils sont à même de pratiquer, échanger avec des experts sur des questions financières ou notariales, se divertir. Le Silver Lab et le spectacle Lady Paillettes vont rythmer ces deux jours d'information. L'organisation de ce forum fait partie intégrante du dispositif « Ville amie des Aînés ». Avec des plus de 60 ans qui représentent près de 28% de la population, Toulon met en place de nombreuses actions pour favoriser leur inclusion dans la vie locale.

La ville de Toulon organise, les 4 et 5 novembre prochains, le Forum Seniors. Conçu comme un véritable lieu d'échange et d'information à destination des plus de 60 ans, ce rendez-vous regroupe, au Palais des Congrès Neptune, 80 partenaires sur la thématique être en forme et prendre soin de soi. Les aînés de l'aire toulonnaise pourront s'y informer sur la pratique de différentes activités sportives, y rencontrer des experts, tester de nouvelles activités dans les différents ateliers proposés.

Deux grands temps forts vont rythmer ces deux jours d'échange, ouverts de 9h à 17h30 :

- le 4 novembre, le Silver Lab permettra aux seniors de tester des solutions innovantes autour du mieux-vivre développées par 6 start-up,
- le vendredi 5 novembre, un spectacle intitulé « Lady Paillette » transporta les spectateurs dans un univers de paillettes, strass et plumes.

Ce rendez-vous, comme la Semaine Bleue qui s'est tenue au début de ce mois, s'inscrit dans le dispositif « Ville amie des Aînés ».

Aujourd'hui, force est de constater que les seniors toulonnais sont de plus en plus actifs, de plus en plus connectés. Ils prennent leur vie en main, pratiquent une activité physique et sont très attentifs à leur bien-être. La Ville leur porte donc une attention particulière : de nombreuses actions sont mises en place pour favoriser leur inclusion dans la vie locale.

Toulon s'appuie notamment sur son Centre communal d'action sociale (CCAS), partenaire indispensable de la solidarité envers les anciens. Elle travaille aussi à renforcer le lien social en accompagnant le développement des solidarités de proximité et en favorisant les relations intergénérationnelles grâce à des échanges ludiques et/ou pédagogiques. Un projet impliquant étudiants et seniors est en cours de développement. Il a pour objectif de réduire la fracture numérique, en accompagnant les plus de 60 ans qui sont le plus souvent éloignés de ces technologies.

Contact presse :  
Valérie MONDONE  
06 30 49 18 30.

# 80 exposants pour informer les seniors

## / Le rendez-vous des seniors de l'aire toulonnaise

Après 9 éditions à succès, les Journées Seniors se transforment en un Forum. Cette évolution puise sa source dans la définition du mot « forum » et de ses racines latines, la Ville de Toulon, ayant voulu en faire un véritable temps d'échange et de partage entre les participants et les partenaires, dans la continuité de la Semaine bleue qui s'est tenue en ce début du mois d'octobre. Ce rendez-vous qui s'inscrit, lui aussi, dans le dispositif « Ville amie des Aînés » se déroulera les 4 et 5 novembre prochains au Palais des Congrès Neptune.

La retraite est la 3<sup>e</sup> mi-temps de la vie. Les plus de 60 ans sont actifs, connectés, prennent leur vie en main, pratiquent une activité physique et sont attentifs à leur bien-être. Pour répondre à leurs besoins ou questionnements sur ce mieux vivre, 80 partenaires, dont 25 nouveaux pour cette nouvelle formule, ont été regroupés en 8 pôles différents : culture / loisirs / voyages, service / proximité / habitat, silver économie, droit / patrimoine / santé, prévention / sécurité, retraite citoyenne, esthétique / bien-être, développement durable et un pôle **snacking**.

Ouvert de 9h à 17h30, les aînés de l'aire toulonnaise pourront s'informer sur la pratique de différentes activités physiques, discuter avec des experts, rencontrer des start-up du numérique, jouer à des jeux de société, tester leur équilibre ou leur souplesse, remporter de nombreux lots... Parmi les temps forts :

- le Silver Lab, qui se tiendra le 4 novembre, et qui mettra en relation seniors et 6 start-up innovantes lauréates de l'appel à projet « Masterclass Silver ». Spécialisées dans l'innovation pour favoriser le mieux vieillir, elles permettront aux plus de 60 ans de tester leurs nouvelles solutions.
- le spectacle de la compagnie Rêve d'Étoiles, « Lady Paillettes », programmé le vendredi 5 novembre à 14h30 qui transportera les spectateurs dans des univers différents faits de plumes, strass, paillettes. Les invitations à retirer sur le stand du Service Seniors et Liens Intergénérationnels le vendredi matin.

Le « passe sanitaire » sera demandé à la fois aux exposants et visiteurs et le port du masque sera obligatoire à l'intérieur du Palais Neptune.

## / Le programme

### Jeudi 4 novembre

- 11h50 : Atelier de découverte expression vocale / chant par l'association Corps Sonore (Salle Dumont au 1<sup>er</sup> niveau du Palais Neptune).
- Journée : rencontre entre seniors et entrepreneurs innovants. Les 6 start-up lauréates de l'appel à projet « Masterclass silver », spécialisées dans l'innovation pour favoriser le mieux vieillir seront face aux seniors afin de tester leurs nouvelles solutions.

## Jeudi 4 et vendredi 5 novembre

- À 11h30 et 15h30 : tirages au sort avec de nombreux lots Ville de Toulon à gagner
- De 9h à 17h30 : tests physiques sur deux rameurs les 2 jours sur le stand de l'Aviron toulonnais
- De 9h à 17h30 : atelier informatique et créatif sur le stand des Centres sociaux
- De 9h à 17h30 : atelier jeux de société sur le stand Les yeux dans les jeux
- De 9h à 17h30 : animation autour de la thermographie aérienne pour visualiser les déperditions énergétiques des logements sur le stand Bien chez soi
- De 9h à 17h30 : consultation juridique sur le stand de la Chambre des Notaires du Var
- De 9h à 17h30 : test découverte offert pour la régénération cellulaire et capillaire par la lumière LED sur le stand de Lucibelle
- De 9h à 17h30 : quizz interactif et bilan de capacité physique sur le stand du Comité départemental olympique et sportif
- De 9h à 16h30 : course d'orientation dont les départs se font depuis le Palais Neptune et conduisent les participants sur différents lieux du centre-ville. Les départs sont libres de 9h à 16h30. Le parcours est libre et au rythme de chaque participant. Muni d'une carte de course d'orientation, le parcours amène les participants à découvrir les richesses du centre-ville toulonnais afin de le découvrir ou de le redécouvrir
- De 9h à 17h : ateliers budget, produits bancaires, crédit, expertise et vente aux enchères d'objets de valeur par le Crédit municipal (Salle Puget au 1<sup>er</sup> niveau du Palais Neptune)
- De 9h à 17h30 : sensibilisation à la réduction et au tri des déchets
- De 9h à 17h30 : initiation au golf par 2Fopen au rez-de-chaussée du Palais Neptune
- De 9h à 17h30 : jeu du Var par Var Tourisme
- De 9h à 17h30 : exposition de travaux d'élèves seniors sur le stand d'Art et Mouvement
- De 10h à 11h : découverte de la marche nordique par Sports Loisirs Hospitaliers Toulonnais
- De 9h à 17h30 : découverte de l'hypnose par un hypnothérapeute
- De 9h à 17h30 : dégustation d'un café, initiation au jeu des labels et parcours café (supports pédagogiques du style plateau de table) sur le stand de l'Équitable (30 minutes)
- À 11h, 14h et 15h : session de questions/réponses sur le stand de Delta Revie 83
- De 9h à 17h : ateliers aux gestes de premiers secours - pratique du massage cardiaque sur mannequin par l'association Protacc au rez-de-chaussée du Palais Neptune

## Vendredi 5 novembre

- De 11h à 12h : cours de Zumba par Rêve d'Étoiles
- À 14h30 : spectacle Lady Paillettes par Rêve d'Étoiles : invitations à retirer sur le stand du Service Seniors et Liens Intergénérationnels le matin du jour J

# Toulon, ville solidaire

Toulon, ville amie des aînés, porte une attention particulière à ses seniors. Les plus de 60 ans représentent 28% de la population. Aussi, depuis 2001, de nombreuses actions ont été mises en place notamment via le service Animations seniors pour favoriser leur inclusion dans la vie locale. Ce service, qui prend en charge la distribution des colis de Noël pour nos aînés les plus modestes, leur propose information, écoute, animations, cultures, voyages et de nombreuses autres activités. Il assure aussi la coordination de la vingtaine de clubs de retraités que compte la ville.

Ce service s'appuie sur le Centre communal d'action sociale (CCAS), véritable cheville ouvrière et partenaire indispensable de la solidarité envers les anciens ou les plus fragiles. Le CCAS accompagne au quotidien ce public pour la constitution de dossiers, l'apport de soutien financier, octroi de bons de chauffage ou le service à domicile. À titre d'exemple, près de 100 000 repas annuels sont portés à domicile.

Via son centre local d'information et de coordination (CLIC), le CCAS tient et met à jour le registre des personnes vulnérables. Ce registre a pour vocation de localiser au mieux ces Toulonnais et de leur apporter, en cas de nécessité, du secours des services sanitaires et sociaux dans les meilleures conditions. Cette inscription est gratuite, volontaire et peut se faire tout au long de l'année.

Les résidences autonomie du Porphyre, du Port-Marchand, de la Ressence et l'établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD) Le Saphir viennent compléter ce dispositif d'entraide et accueillent les personnes âgées dans d'excellentes conditions.

Pour ces cinq prochaines années, la Ville a pour ambition de renforcer le lien social en accompagnant le développement des solidarités de proximité et en favorisant les relations intergénérationnelles par le biais d'activités ludiques ou à vocation plus pédagogique. Depuis 2016, de nombreux ateliers sont menés par la Maison de l'étudiant et de l'information jeunesse (MDEIJ) et le service Animation Seniors. Ils devraient être bientôt complétés par le développement d'un nouveau projet visant à lutter contre la fracture numérique qui touche de nombreuses personnes âgées. Réalisées par des étudiants, ces actions de transmission des compétences informatiques permettront d'accompagner les plus anciens dans leurs démarches administratives tout en offrant à ces jeunes une expérience professionnelle valorisable sur un CV.

# Liste des partenaires

## CULTURE / LOISIRS / VOYAGES

---

- Chœur d'hommes Cantadis
- Centres sociaux de Toulon
- Centre d'arts martiaux Qwanky
- Contrastes voyages
- Excursionnistes toulonnais
- Office du tourisme
- Coders 83
- Direction des Affaires culturelles – Ville de Toulon
- ADT Var Tourisme
- Direction des Sports et des Loisirs – Ville de Toulon
- Aviron toulonnais
- Fédération française omnisports
- Les yeux dans les jeux
- Musée national de la Marine
- Opéra de Toulon
- Art et mouvement
- Relais socio-culturel Pereisc
- Scène nationale Châteauvallon – Liberté
- Université du temps libre
- Comité départemental du Var de course d'orientation
- Comité départemental de tir à l'arc
- ASPTT Toulon
- Sports Loisirs Hospitaliers Toulon Athlétisme
- CDOS / Maison Sport Santé 83

## SERVICE / PROXIMITÉ / HABITAT

---

- ADIL du Var
- AVAL

- Home Service
- Centre communal d'action sociale (CCAS) de Toulon
- Delta Revie 83
- Coordination des mairies de quartier – Ville de Toulon
- COSEM – Ville de Toulon
- La Poste
- Maison de la mobilité – Métropole Toulon Provence Méditerranée
- Domitys
- Direction de l'Autonomie – Département du Var
- PPAT
- La gamelle du midi
- Les jardins d'Arcadie
- Soliha Var
- Viagimmo
- Réseau Mistral
- Varsef
- Voisin - Âge

## SILVER ÉCOMINIE

---

- TVT

## DROIT / PATRIMOINE / SANTÉ

---

- Conseil départemental de l'accès au droit (CDAD)
- Chambre des notaires du Var
- Association pour la santé, l'éducation et la prévention sur les territoires PACA
- Facilities solutions finance
- Crédit municipal de Toulon
- CODES 83
- Dépistage des cancers – Centre de coordination Sud PACA antenne du Var (ISIS 83)
- Funecap Sud-Est
- Mutualia
- CAMI Var Sports et Cancers
- Optic synergy
- Prevazur



## PRÉVENTION / SÉCURITÉ

---

- **Police municipale – Ville de Toulon**

## RETRAITE CITOYENNE

---

- **Agir abcd Var**
- **Amis de Saint-Jacques en terres varoises (ASJTV)**
- **France Alzheimer**
- **Les petits frères des pauvres**
- **SOS Amitié de Toulon et du Var**

## ESTHÉTIQUE / BIEN-ÊTRE

---

- **Image et bien-être**
- **Hakawerk**
- **Hypnothérapeute – Magnétiseur**
- **Lucibelle**

## DÉVELOPPEMENT DURABLE

---

- **Association toulonnaise des amis du chat (ATAC)**
- **Bien-être chez soi – Métropole Toulon Provence Méditerranée**
- **Chercheurs en herbe**
- **Les chats de la Marine**
- **Direction Ville durable – Ville de Toulon**
- **Direction des Espaces verts - Métropole Toulon Provence Méditerranée**
- **L'Équitable**
- **Les ruchers de Maubec**
- **Les colombes du soleil**
- **Mer nature**
- **SITTOMAT**

# GOURMANDISES

---

- **Les amis de la Coop sur mer**
- **AVAL**
- **Centres sociaux**