

Programme des événements en Île- de- France

Retrouvez l'ensemble des événements sur le site internet www.agirc-arrco.fr, page « *mes services* » rubrique « *Accompagnement et prévention* » en cliquant sur « *participer à un événement* »

INSCRIPTIONS

Par mail

actionsocialeiledefrance@agirc-arrco.fr

Sur Internet

- 1 Rendez-vous sur www.agirc-arrco.fr, page « Mes services »
- 2 Cliquez sur « **Participer à un événement** » dans la rubrique « Accompagnement et prévention »
- 3 Puis cliquez sur « **Je m'inscris** » pour compléter le formulaire

ou



Scannez-moi

POUR MIEUX NOUS CONNAITRE :

Retrouvez toutes les informations sur notre site :

<https://www.agirc-arrco.fr>

Évènements à venir

AGIRC – ARRCO

10
AVRIL.
À 14h

Conférence «Protégez-vous des arnaques et des cyberattaques»
Apprenez à repérer les arnaques et à protéger vos informations personnelles pour naviguer en toute sécurité au quotidien.

Maison des Seniors /
2 rue Charles Peguy - VILLENEUVE SAINT GEORGES (94190)

13
AVRIL.
À 10h

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Forum Seniors des Amandiers
Venez découvrir les aides et services qui peuvent vous accompagner au quotidien pour bien vieillir et préserver votre autonomie.

Centre Social la 20 -ème Chaise / 38 Rue des Amandiers - PARIS (75020)

14
AVRIL.
À 13h30

Animation d'une table ronde autour de la thématique « Les clefs pour informer les aidants » dans le cadre de l'évènement Centr'Aider
À l'occasion de la diffusion de la mallette Centr'Aider en Seine-et-Marne, participez à un temps d'échange pour découvrir les droits des aidants, les interlocuteurs clés et les outils pour mieux les orienter

Les salons d'honneur / 2 place de l'Hôtel-de-Ville – MEAUX (77100)

16
AVRIL.
À 10h

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Forum des Seniors 2026
Venez découvrir les aides et services qui peuvent vous accompagner au quotidien pour bien vieillir et préserver votre autonomie.

Mairie du 17-ème arrondissement /
16-20 rue des Batignolles - PARIS (75017)

29
AVRIL.
À 13h30

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Festival de l'Inter-G
Venez découvrir les aides et services qui peuvent vous accompagner au quotidien pour bien vieillir et préserver votre autonomie.

Maison des Associations de Solidarité /
10 rue des Terres au Curé – PARIS (75013)

Évènements à venir

AGIRC - ARRCO

29
AVRIL.
À 14h

Conférence « Lutter contre l'épuisement psychologique des aidants »
Découvrez comment reconnaître les signes de fatigue morale et préserver votre équilibre lorsque vous aidez un proche.

Salle Guy Cresson /
6-10 rue Riché – VULAINES SUR SEINE (77870)

05
MAI.
À 11h

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Forum Orgues de Flandres
Venez découvrir l'offre de services d'accompagnement et de prévention proposée par l'Agirc-Arrco pour vous soutenir dans votre quotidien et préserver votre autonomie.

PARIS (75019) – Adresse à confirmer ultérieurement

06
MAI.
À 14h

L'Agirc-Arrco accompagne les aidants familiaux et proches aidants
Présentation des dispositifs d'accompagnement de l'Agirc-Arrco (aides individuelles, actions collectives, les bilans de prévention et Ma boussole aidants). – Inscription par téléphone au 01 30 75 49 96

Salle de réunion de la Plateforme des aidants / 6 avenue de l'Ile-de-France - PONTOISE (95300)

07
MAI.
À 14h30

Conférence sur « Le deuil blanc : comprendre les pertes invisibles pour mieux les traverser » animée par l'ADAL
Cette conférence vous aide à comprendre les changements et les pertes invisibles liées à l'avancée en âge afin de mieux les accepter et les traverser sereinement.

Résidence autonomie des Imbergères / 19 rue des Imbergères - SCEAUX (92330)

20
MAI.
À 9h

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Forum Bien-être et isolement des seniors
Venez découvrir l'offre de services d'accompagnement et de prévention proposée par l'Agirc-Arrco pour vous soutenir dans votre quotidien et préserver votre autonomie.

Théâtre du Cormier / 123 Rue de Saint-Germain - CORMELLES EN PARISIS (95240)

Évènements à venir

AGIRC – ARRCO

21

MAI.

À 14h

Conférence sur la prévention des chutes : « Gardez l'équilibre au quotidien » animée par l'ADAL

Venez découvrir des conseils et exercices simples pour prévenir les chutes et maintenir votre autonomie le plus longtemps possible.

Résidences seniors OVELIA / 33 grande rue - EPINAY SUR ORGE (91360)

27

MAI.

À 9h30

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Forum Printemps des Seniors

Venez découvrir l'offre de services d'accompagnement et de prévention proposée par l'Agirc-Arrco pour vous soutenir dans votre quotidien et préserver votre autonomie.

Mairie du 13^{ème} arrondissement / 1 Pl. d'Italie - PARIS (75013)

02

JUIN.

À 14h

Théâtre forum « Dans tes bras » interprétée par la Compagnie Soleil sous la pluie suivi d'un forum de professionnels

Une pièce interactive qui permet d'échanger sur les relations familiales et les situations de fragilité afin de mieux comprendre et accompagner les proches.

Mairie du 15^{ème} arrondissement / 31 rue Péclet - PARIS (75015)

02

JUIN.

À 14h

Conférence « La prévention des chutes : gardez l'équilibre au quotidien » animée par l'ADAL

Venez découvrir des conseils et exercices simples pour prévenir les chutes et maintenir votre autonomie le plus longtemps possible.

Résidence OVELIA Les Romantiques / 66 Boulevard Robespierre- POISSY (78300)

02

JUIN.

À 14h

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Salon des Seniors 2026

Venez découvrir l'offre de services d'accompagnement et de prévention proposée par l'Agirc-Arrco pour vous soutenir dans votre quotidien et préserver votre autonomie.

Salle des fêtes / Le Clos Voirin - CORMEILLES EN VEXIN (95830)

Évènements à venir

AGIRC - ARRCO

04

JUIN.

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Forum Seniors

Venez découvrir l'offre de services d'accompagnement et de prévention proposée par l'Agirc-Arrco pour vous soutenir dans votre quotidien et préserver votre autonomie.

VELIZY VILLACOUBLAY (78140) – Adresse à confirmer ultérieurement

08

JUIN.

À 14h

Conférence « Mes mémoires, pourquoi et comment les stimuler ? » animée par Brain Up

Cette conférence vous explique comment fonctionne la mémoire et vous propose des astuces pour l'entretenir et la stimuler au quotidien.

Studio 240 / 94 Rue de Saint Germain - CORMEILLES EN PARISIS (95240)

09

JUIN.

À 10h

Conférence « Plaisirs dans l'assiette » animée par Armelle BERTRAND, nutritionniste et diététicienne

Découvrez comment conserver le plaisir de manger tout en adoptant une alimentation équilibrée favorable à votre santé.

Salle des fêtes - Boulevard DAILLY - MAGNY EN VEXIN (95420)

15

JUIN.

À 14h

Conférence « Préserver la santé des aidants » animée par le Docteur LAHLOU

Cette conférence prodiguera des conseils aux personnes qui accompagnent un proche afin de préserver leur santé physique et morale.

Mairie d'Argenteuil / 12-14 Boulevard Léon FEIX - ARGENTEUIL (95100)

16

JUIN.

À 10h

Conférence « Plaisirs sous la couette » animée par Florence Peltier, conseillère conjugale et familiale

Une conférence pour parler librement de la vie affective et intime après 60 ans et mieux comprendre les évolutions liées à l'âge.

Salle de fêtes - Boulevard DAILLY - MAGNY EN VEXIN (95420)

Évènements à venir

AGIRC – ARRCO

16

JUIN.

À 10h

Conférence de lancement « Voilà l'été si on bougeait ? » avec la participation d'Alain Bernard, Champion Olympique de natation
Lancement et inscriptions à notre programme de marches estivales à Rambouillet.
Salle Antoinette Vernes / 14 rue Antoinette Vernes
- RAMBOUILLET (78120)

17

JUIN.

À 15h

Stand d'information « L'Agirc – Arrco c'est plus que la retraite » dans le cadre du Forum Orgues de Flandres
Venez découvrir l'offre de services d'accompagnement et de prévention proposée par l'Agirc-Arrco pour vous soutenir dans votre quotidien et préserver votre autonomie.
PARIS (75019) – Adresse à confirmer ultérieurement

30

JUIN.

À 10h

Journée thématique avec 4 conférences sur le Vieillir Heureux
Une journée de conférences et d'échanges pour découvrir des conseils et solutions pour bien vivre et s'épanouir en avançant en âge.
Maison de l'Isle / Rue Marcel Martin - AUVERS SUR OISE (95430)

02

JUILLET.

À 10h

Conférence « Plaisirs en baskets » animée par Eté Indien
Découvrez comment pratiquer une activité physique adaptée pour entretenir votre forme et votre bien-être.
Salle des fêtes - Boulevard DAILLY - MAGNY EN VEXIN (95420)

05

JUILLET.

Théâtre forum « Les directives anticipées » interprétée par la Compagnie Baribal suivi d'un atelier sur la gestion émotionnelle
Une pièce interactive pour mieux comprendre et échanger autour des directives anticipées.
SALLE Pablo Picasso / 41 chemin de la Garenne - LA NORVILLE (91290)

Évènements à venir

AGIRC - ARRCO

10

JUILLET.

À 10h

Conférence « Avancer sereinement en âge » animée par l'ADAL
Cette conférence propose des conseils et des repères pour bien vivre les différentes étapes de l'avancée en âge.
Mairie de Saint Souplets (salle de conseil) / Château de Maulny
- SAINT SOUPLETS (77165)

Évènements à venir sur Happy Visio (en distanciel)

AGIRC – ARRCO



05
MAI .
À 10h

Et si j'osais vieillir à ma façon ?

Cette conférence est présentée par Mireille Trouilloud, Responsable du Centre de prévention Agirc-Arrco de Grenoble

VIEILLIR HEUREUX

12
MAI.
À 10h

Du savoir à l'action : épisode 1 - Je sais ce qu'il faut faire pour ma santé... mais je ne le fais pas

Cette conférence est présentée par Eva Almeida, Médecin directeur au Centre de Prévention Agirc-Arrco de Clermont-Ferrand

PRÉVENTION

19
MAI.
À 10h

Aidants : S'organiser en famille pour mieux accompagner, sans s'épuiser

Cette conférence est présentée par Dr Anne Malouli, Kannika Panot (médiatrice familiale à l'UDAF 51) et Jean-Pierre (aidant témoin)

AIDANTS

26
MAI.
À 10h

Et si je m'engageais près de chez-moi ?

Cette conférence est présentée par Marie-Laure de la Morinerie, Véronique Deshayes, Florence Parizot, Romain Ladent, Daniel Bacles, Marc Barral et Anne-Sophie Moreau

LIEN SOCIAL

TOUS LES MARDIS EN DISTANCIEL



Tous les mardis matin, l'Agirc-Arrco vous donne rendez-vous de 10h à 11h30, sur le site [happyvisio.com](https://www.happyvisio.com) pour une webconférence animée par un expert du « vieillir heureux ! »

Voici le lien de connexion pour toutes les conférences :

<https://www.happyvisio.com/invitation/programme?list=127&coupon=CASFR>

Évènements à venir sur Happy Visio (en distanciel)

AGIRC – ARRCO



02

JUIN .

À 10h

Et si le bonheur passait par la transmission ?

Cette conférence est présentée par Mireille Trouilloud, Responsable du Centre de prévention Agirc-Arrco de Grenoble et Pauline Orain, Chef de projet à Nos Mémoires Vives

VIEILLIR HEUREUX

23

JUIN.

À 10h

Vie professionnelle et aide : mode d'emploi

Cette conférence est présentée par Dr Anne Malouli, gériatre et fondatrice d'Haltémis et Hélène Raza, consultante en droit social

PRÉVENTION

30

JUIN.

À 10h

Vieillir heureux en 2050 !

Cette conférence est présentée par Matthieu Gioani, designer et prospectiviste et Co-fondateur Le Coup d'Après

VIEILLIR HEUREUX

TOUS LES MARDIS EN DISTANCIEL



Tous les mardis matin, l'Agirc-Arrco vous donne rendez-vous de 10h à 11h30, sur le site [happyvisio.com](https://www.happyvisio.com) pour une webconférence animée par un expert du « vieillir heureux ! »

Voici le lien de connexion pour toutes les conférences :

<https://www.happyvisio.com/invitation/programme?list=127&coupon=CASFR>