



Morges, le 1^{er} juillet 2015

COMMUNIQUÉ AUX MÉDIAS

LES JOURNÉES VITALITÉ!

LE SALON ROMAND DES 50 ANS ET PLUS OÙ L'ON CAUSE DE TOUT

**Du 24 au 26 septembre 2015 à Morges,
trois jours pour s'informer et échanger tout en se distrayant.
Un rendez-vous pratique, ludique et sans tabou.
Entrée gratuite!**

Santé, sexualité, mort ou bénévolat, les Journées Vitalité!... n'en manquent pas! Un nouveau salon? Pas tout à fait. Depuis 2013, Anouk Gaillard et Roxane Héritier Hunziker convient chaque automne les 50 ans et plus à Morges, le temps d'un salon dédié à leurs principaux centres d'intérêt, de la préparation à la retraite à l'utilisation d'un smartphone en passant par la nutrition et les voyages. Après deux éditions organisées sous l'appellation «Journées Connect Seniors», du nom du premier réseau social virtuel suisse exclusivement dédié aux plus de 50 ans qu'elles ont créé (www.connect-senior.ch), place désormais aux «Journées Vitalité!».



Nouveau nom, philosophie renforcée

«Notre salon change de nom, et avec lui notre philosophie se renforce», précisent les organisatrices. «La nouvelle appellation traduit mieux le dynamisme de notre manifestation, qui s'adresse non seulement aux seniors d'aujourd'hui, mais également à ceux de demain. Elle souligne mieux aussi l'ambiance détendue et chaleureuse qui y règne. Et puis nous avons renoncé à certains thèmes peu adaptés à une prise d'informations dans le cadre d'un salon» Le but de ces journées, lui, demeure inchangé: permettre aux visiteurs de récolter un maximum d'informations utiles et diversifiées auprès de spécialistes, en un seul lieu.» Avec l'avantage d'une entrée pour la première fois gratuite!

Une table ronde par jour: habitat, sport, sexe, etc.

Au programme des Journées Vitalité, du 24 au 26 septembre, près de quarante exposants et une série d'ateliers, animations, démonstrations, conférences et tables rondes. Ces dernières aborderont des thèmes encore jamais traités dans le cadre du salon, tels que le sexe après 50 ans, le droit au suicide, le deuil ou encore la mode vestimentaire.



© Lionel Flusin

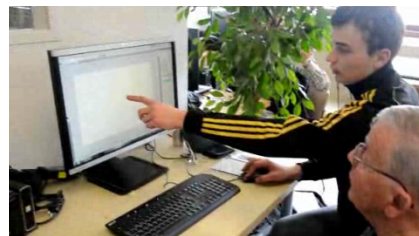
«Il n'y a pas de sujet tabou, estiment Anouk Gaillard et Roxane Héritier Hunziker. Notre souci, c'est de proposer au grand public des problématiques qui les intéressent, et de trouver les meilleurs intervenants pour le faire!» La sexologue Juliette Buffat, bien connue des lectrices de Femina sera ainsi de la partie, tout comme le Dr Jérôme Sobel, président d'Exit Suisse romande. Dans un tout autre registre, on note la participation de la championne de VTT Chantal Daucourt, coordinatrice Sportlab - consultation spécialisée de la performance sportive Hirslanden/Clinique Bois-Cerf de Lausanne. Son mot d'ordre, «Le mouvement c'est la santé!».

Bénévolat et entraide intergénérationnelle

Parmi les autres temps forts des Journées Vitalité, le «speed meeting bénévolat», qui permet aux participants de trouver l'activité bénévole qui leur convient en 7 minutes chrono. «Nous avons testé cette formule l'an dernier, avec succès. Ce n'est guère étonnant, au fond, lorsqu'on sait que le bénévolat figure en bonne place parmi les activités favorites des Romands de plus de 50 ans!»



Les jeunes de 15 à 25 ans auront une place de choix au salon, puisqu'ils animeront un atelier de pratique informatique à destination des seniors. Le concept Générations-Net', mis en place par le SEMO (semestre de motivation) de l'Association Mobilet', fonctionne de manière simple: un aîné et un jeune face à un ordinateur, le deuxième servant de coach au premier. Cette animation réjouit particulièrement les deux organisatrices des Journées Vitalité: «Joindre l'utile au convivial, c'est génial!»



Quelques temps forts

- > **«Café sexo: l'amour après 55 ans»** / Le point de vue de la Doctresse Juliette Buffat, dont les Cafés sexologiques connaissent un grand succès
- > **«Choisir de mourir, un droit fondamental?»** / Une table ronde sur un sujet de société parmi les plus chauds du moment
- > **«Bougez pour durer»** / Les astuces et conseils de Chantal Daucourt, double championne de Suisse et d'Europe de VTT cross-country du Dr Vincent Chollet, spécialiste Médecine du sport
- > **«Habiter et vieillir: dernières tendances»** / Logement individuel ou collectif, domotique, etc.
- > **Speed meeting bénévolat** / Trouver l'activité bénévole qui convient le mieux à ses aspirations en 7 minutes chrono
- > **Permanence juridique** / Des membres de l'Ordre des avocats vaudois se relaient durant toute la durée du salon pour répondre aux questions des visiteurs et les conseiller

© Warren Goldswain / Fotolia



Pratique

- > Journées Vitalité, Halles CFF, Morges (en face de la gare)
- > Jeudi 24, vendredi 25 et samedi 26 septembre 2015 de 10h à 19h, entrée gratuite
- > www.journeesvitalite.ch

Informations complémentaires:

Anouk Gaillard

079 647 75 73

anouk@connect-senior.ch

Roxane Héritier Hunziker

079 685 31 27

roxane@connect-senior.ch