
L'Assurance retraite Île-de-France donne rendez-vous à ses assurés du 13 au 15 mars au Salon des Seniors

Paris, le 3 mars 2025

L'Assurance retraite Île-de-France participe au Salon des Seniors qui se déroule du 13 au 15 mars 2025 au Parc des expositions de la Porte de Versailles à Paris. Elle y accueillera ses assurés actifs et retraités et animera également plusieurs conférences et ateliers.

Le stand retraite (Stand D07)

Sur le stand retraite, une quinzaine de conseillers de l'Assurance retraite seront présents tous les jours pour renseigner les visiteurs et répondre à leurs questions sur la retraite de base... Accueil sans rendez-vous de 10h à 18h.

Le stand Bien vieillir (Stand D10)

Sur ce stand, l'Assurance retraite et le [Prif](#) (Prévention Retraite en Île-de-France) seront présents pour donner des informations et des conseils pour une retraite sereine, active et épanouie : animations pour rester en forme, solutions pour un logement adapté, aides individuelles et services personnalisés, etc.

Programme des conférences retraite

Mercredi 12 mars

15h15 - 16h00 : **Comment partir en départ anticipé pour carrière longue ?**

Qu'est que le départ anticipé pour carrière longue et quelles sont les conditions pour en bénéficier ?
Comment faire sa demande ?

16h15 - 17h00 : **Quand et comment préparer ma retraite ?**

Comment est calculée la retraite ? Quand partir ? Quelles sont les démarches à entreprendre ?

Jeudi 13 mars

13h15 - 14h00 : **Quand et comment préparer ma retraite ?**

Comment est calculée la retraite ? Quand partir ? Quelles sont les démarches à entreprendre ?

Vendredi 14 mars

16h15 à 17h00 : **Retraite progressive, cumul emploi retraite et surcote**

Retraite progressive, cumul emploi retraite, départ définitif ou surcote : comment choisir ? Quelles sont les conditions pour bénéficier de ces dispositifs ?

Programme des conférences Bien vieillir

Mercredi 12 mars

13h30 - 14h : **Pourbienvieillir.fr : un site de référence en matière de prévention**

Jeudi 13 mars

11h15 - 11h45 : **La nutrition : un enjeu majeur pour préserver sa santé**

Vendredi 14 mars

10h30 - 11h : **Préserver son capital forme avec le programme ICOPE* !**

15h à 15h30 : **Les ateliers mémoire : donnez du peps à vos neurones !**

Informations pratiques

Du mercredi 12 au samedi 15 mars 2025 de 10h à 18h

Paris Expo Porte de Versailles – Hall 2.2

Métro : ligne 12 – station Porte de Versailles / Tramway : T2/T3 – arrêt Porte de Versailles

Pour obtenir une invitation gratuite rendez-vous sur <https://www.salondesseniors.com/>

L'Assurance retraite

L'Assurance retraite est le service public de la retraite de la Sécurité sociale.

Premier organisme français de retraite, l'Assurance retraite (Caisse nationale, l'Assurance retraite Île-de-France, Carsat, CGSS et CSSM) gère la retraite du régime général de la Sécurité sociale et les actions de prévention en faveur du vieillissement actif en santé et de la préservation de l'autonomie des retraités.

Chaque année, l'Assurance retraite verse plus de 15 millions de retraites et gère la carrière de près de 23,5 millions de cotisants. Au cœur de l'innovation numérique, elle dispose d'une offre de services complète grâce aux nombreuses démarches en ligne disponibles sur lassuranceretraite.fr (demande de retraite en ligne, téléchargement du relevé des mensualités...) : déjà plus de 18 millions d'espaces personnels créés !

Contacts presse
presse@cnav.fr