

Salon des Seniors de Côte-d'Or

27 et 28 avril 2023
Dijon • Parc des expositions

Programme

Jeu



Valérie Damidot
Animatrice TV,
actrice et humoriste

Vendredi 28 avril



Journée Dansante !

Danse de salon,
salsa, rock, zumba...

Entrée
gratuite

Le plaisir de
Bien vieillir en Côte-d'Or !

PROGRAMME DU

L'ESPACE SCÈNE



10h00 – 10h45

Démonstration culinaire : pavé de truites (truites de l'Aube de Veuxhaulles), émulsion de Safran (La Safranerie Templière à Recey-sur-Ource)

Arole DUPATY, Ambassadeur Restaurateur Savoir-faire 100 % Côte-d'Or
Restaurant Le Sabot de Venus



11h – 11h30

Perte de conjoint, ne passez pas à côté de vos droits

CARSAT

11h45 – 12h30



Interview Valérie DAMIDOT, marraine du salon

puis focus sur l'Appart' connecté et les solutions du Conseil Départemental de la Côte-d'Or

Conseil Départemental de la Côte-d'Or

12h45 – 13h15

Adapter son logement : toutes les aides techniques et financières pour accompagner votre projet

Ville de Dijon / Dijon métropole

14h00 – 14h30

INAUGURATION DU SALON

15h – 15h45

Démonstration culinaire : crème prise à l'anis de Flavigny, compotée de cassis au nectar de cassis de la ferme Fruirouge.

Le tout cuisiné avec la nouvelle Clipso Tempo de SAS SEB.

Bruno BLANCHO, Ambassadeur Restaurateur Savoir-faire 100 % Côte-d'Or
SAS SEB



16h – 16h45

Démonstration culinaire « Ma cuisine Zéro déchet »

Conseil Départemental de la Côte-d'Or

17h – 17h45

Diabète : se faire plaisir en mangeant, c'est possible !

Assurance Maladie

17h45 – 18h15

ProDij - Spécificités de l'alimentation des seniors

Dijon métropole et CHU-INRAE

L'ESPACE ATELIERS



10h15 – 11h

5 valeurs du bénévolat à découvrir au travers d'un Escape Game

France Bénévolat

11h15 – 11h45

Quiz convivialité !

Association Club Effervescence

13h45 – 14h15

Et si la bienveillance au travail était la réponse ?

Bourgogne Collaborative Network

14h30 – 15h00

Réalisation de marque-pages en soie

Plaisirs de soie

15h15 – 15h45

Dans les coulisses de l'Ikebana

Atelier Eika Ikebana

16h – 16h30

La mobilisation articulaire

CODEP EPGV de Côte-d'Or

16h45 – 17h05

Lutte contre le gaspillage alimentaire : une priorité absolue

Banque Alimentaire de Bourgogne

17h15 – 17h45

Pour le droit de choisir sa fin de vie en France

Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité

JEUDI 27 AVRIL

LE STAND DU CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA CÔTE-D'OR



LES COURS DE CUISINE ET DÉMONSTRATIONS CULINAIRES 100 % CÔTE-D'OR



11h – 11h45

Cours de cuisine (sur réservation)

Recette : verrine de lentilles caviar (Sainte-Colombe-sur-Seine) en vinaigre de framboise et sa chantilly à la truite fumée (Truites de L'Aube de Veuxhaulles)

Arole DUPATY, Ambassadeur Restaurateur Savoir-faire 100 % Côte-d'Or
Restaurant Le Sabot de Venus

15h – 15h45

Démonstration culinaire autour du Tofu

Olivier MESTRE, Gérant de la société La Fabrique à Tofu

À RETROUVER TOUTE LA JOURNÉE SUR LE STAND DU CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA CÔTE-D'OR :



SOUTIEN ET MAINTIEN À DOMICILE

Une antenne délocalisée de la Maison de l'Autonomie pour vous conseiller et vous guider



SE DIVERTIR ET PARTAGER

La Médiathèque Côte-d'Or et nos conseillers numériques pour ceux qui aiment lire et se divertir

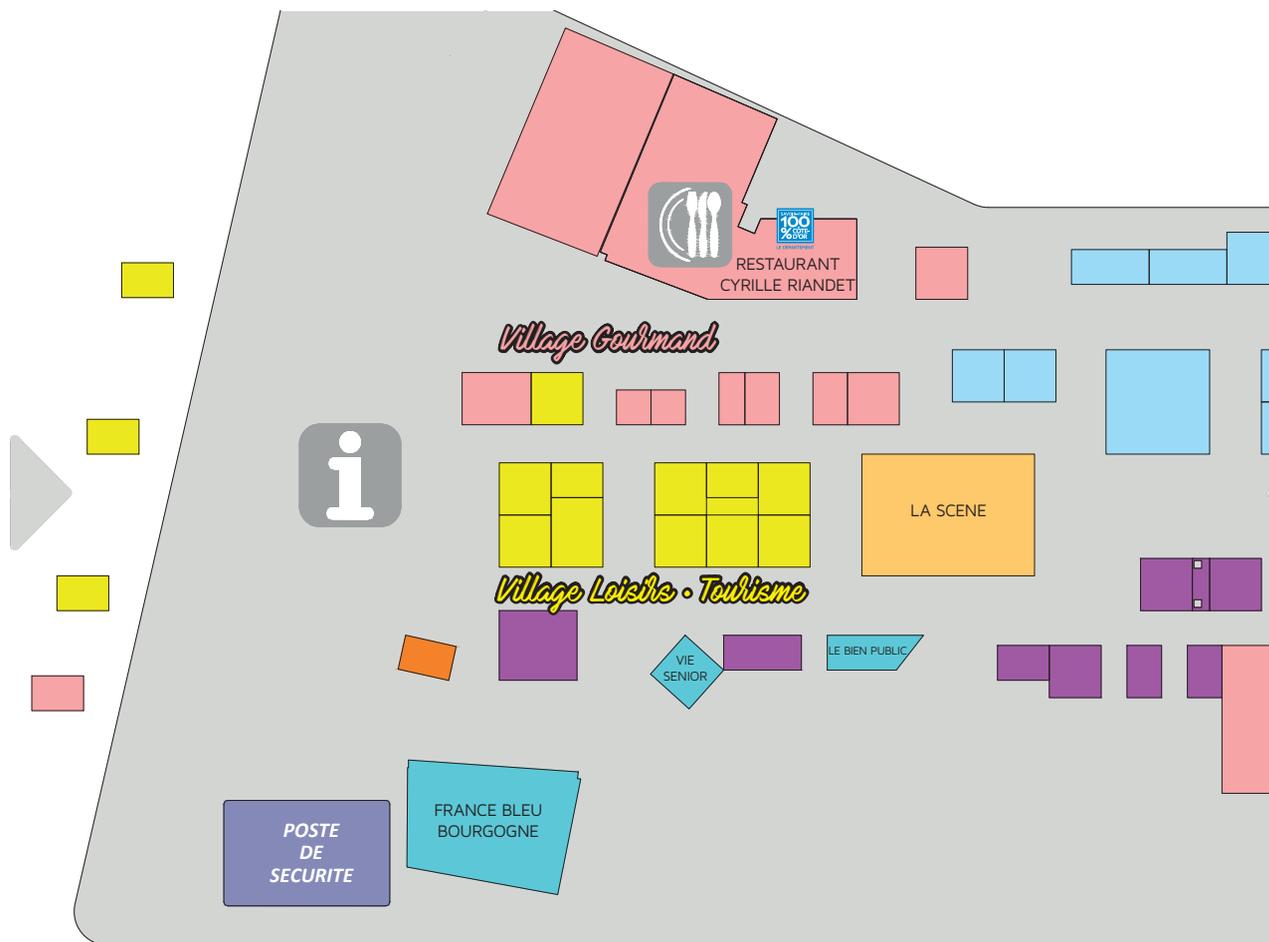


SORTIR ET DÉCOUVRIR

La Côte-d'Or j'adore pour voyager dans le département et le MuséoParc Alésia pour découvrir des techniques d'antan !



ENTREE
VISITEURS
AVENUE
DES
GRANDS
DUCS
D' OCCIDENT



11 villages thématiques

pour répondre à toutes
vos interrogations

FORME • SANTE • BIEN-ETRE

BEAU MEUBLES
BODYSANO
CMA
INITIAL
L'OMNICUISEUR VITALITE
NATUROPATHE
OPTIC 2000 PADIEU
OPTICAL CENTER
RECIT DE VIE
SEB

LA SCENE
ATELIERS DU DEPARTEMENT
ESPACE JEUX

SENIORS CONNECTES
APPART'CONNECTE DU DEPARTEMENT

LOISIRS • TOURISME

ARTES TOURISME
DOMAINE DU HIRTZ
FRANCE MONTGOLFIERES
JIP TOURS
MONTBARDOIS OFFICE DE TOURISME
OFFICE DE TOURISME DU CHATILLONNAIS
OFFICE DE TOURISME POUILLY-BLIGNY et
TERRES D'AUXOIS
STATION THERMALE GREOUX-LES-BAINS
TOURISME ET THERMALISME A BOURBON-LANCY
VALLEE DE L'OGNON
VISION D'AILLEURS VOYAGES

INSTITUTIONNELS • PRESSE

CONSEIL DEPARTEMENTAL DE LA COTE-D'OR
FRANCE BLEU BOURGOGNE
GIE IMPA
L'ASSURANCE MALADIE DE COTE-D'OR
LE BIEN PUBLIC
LE BUS DU NUMERIQUE DU CONSEIL
DEPARTEMENTAL
VIE SENIOR
VILLE DE DIJON

VILLAGE GOURMAND

DELICES D'AILLEURS
LE NOUGAT D'OR
LE PETIT BOURGUIGNON
MAISON TOUSSAINT
MIMI DISTRIBUTION
PIZZA BALOU
RESTAURANT CYRILLE RIANDET TRAITEUR
RESTAURANT COOK'N CROUT'S
RUCHERS DE DARBOIS
SAVEURS DU MAQUIS
SIMONE ET MAURICE GLACIER
UN AIR DE GAUFRES

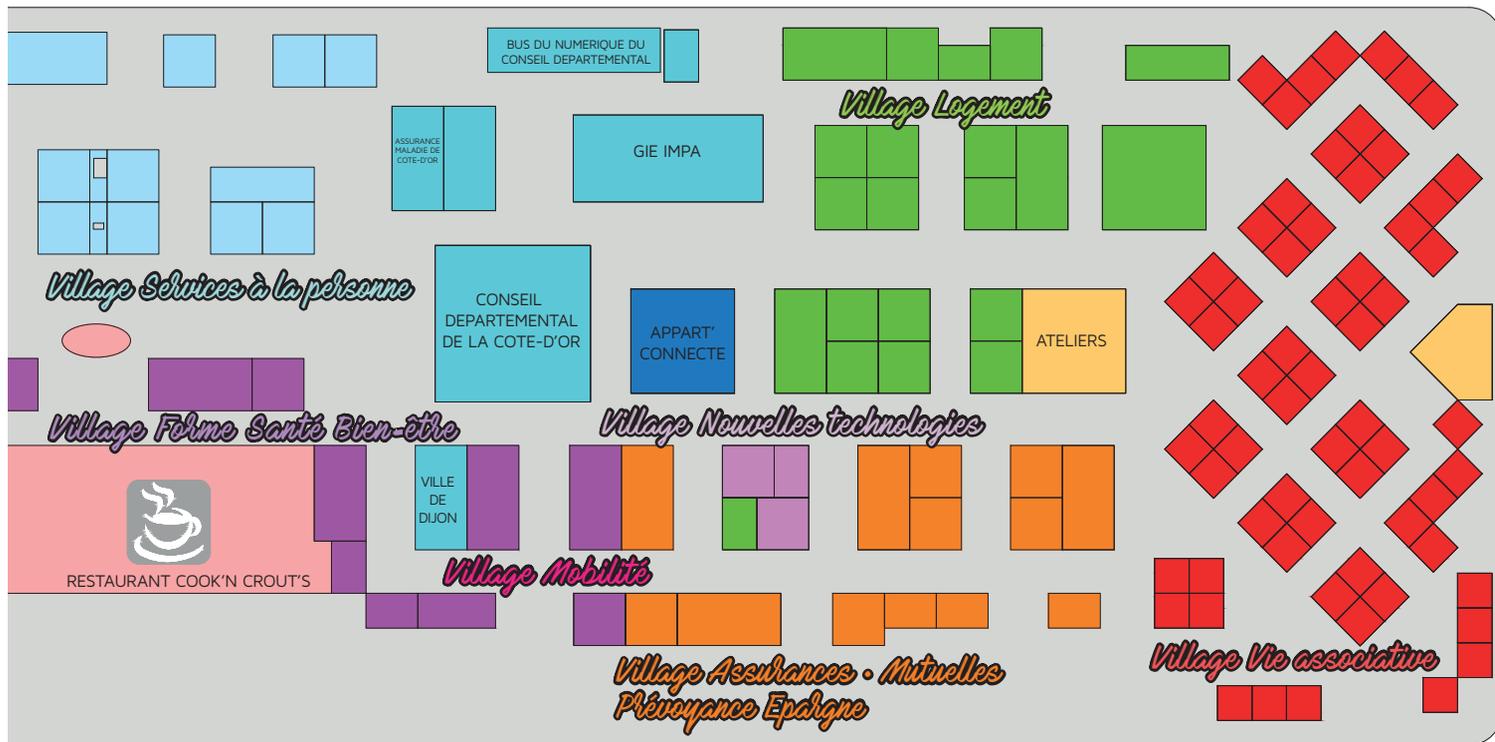
SERVICES À LA PERSONNE

ADM
ATOME
BELOVIA
BIEN ETRE ET VIE
ECOUTER VOIR
EMAD BOURGOGNE L'EXPERTISE MATERIEL
MEDICAL A DOMICILE
FAPA SENIORS 21
GROUPE FEDOSAD
ORKYN'
PETITS-FILS
PRÉSENCE VERTE CONFLUENCE
SENIOR COMPAGNIE BEAUNE
SENIOR COMPAGNIE DIJON
U.F.C QUE CHOISIR DE COTE-D'OR
UNIVERS VIAGER

LOGEMENT

ASSYSEL
BONGLET
BOURGOGNE CONFORT
CF RENOVATION - ACCESSIBILITE BOURGOGNE
CHOUETTE HOUSE
COLISEE FRANCE
COSY ECO
COTE BAINS
DGC - DAMOTTE GENIE CLIMATIQUE
EFFICITY
ISOLATION FACADE MYRAL
LANTANA CORNUET PAYSAGE
LEROY MERLIN
LES GIRANDIERES
LES JARDINS D'ARCADIE
LOGIS ECO CONSEIL
MOBILAUG
ORVITIS / SERENITIS
OVELIA RESIDENCES SENIORS
RESIDENCES SERVICES SENIORS VILLA MEDICIS
TECHNITOIT
VILLA MEDICIS VICTOR HUGO





ASSURANCES • MUTUELLES PREVOYANCE • EPARGNE

CAD EXPERTS MONCAD
CAPFINANCES 25
CHAMBRE DES NOTAIRES DE COTE-D'OR
CREDIT AGRICOLE DE CHAMPAGNE BOURGOGNE
GAN PATRIMOINE
GROUPAMA GRAND EST
LA MUTUELLE GENERALE
LE CONSERVATEUR
PFG SERVICES FUNERAIRES - PREVOYANCE OBSEQUES
PREVOIR
RADIANCE MUTUELLE
RGX COURTAGE
ROC-ECLERC
THELEM ASSURANCES

NOUVELLES TECHNOLOGIES

BENOIT SYSTEMES
M@N DIJON
PATRICK INFORMATIQUE

MOBILITE

ALTECH SYSTEM
CENTAURE GRAND EST
CITIZ
DIVIA MOBILITES
POLICE NATIONALE
SECURITE ROUTIERE - CONSEIL DEPARTEMENTAL
DE LA COTE-D'OR
TOYOTA

VIE ASSOCIATIVE

ABB REPORTAGES
ACTION MEDIATION FAMILLE FORMATION (AMFF)
AFD 21 - DIABETIQUES CÔTE-D'OR
AGIR ABCD
AIKIDO RYU
ALMA 3977-CONTRE LA MALTRAITANCE
DES PERSONNES AGEES ET ADULTES EN
SITUATION DE HANDICAP
AMIS ET ADEPTES DE LA MARCHÉ NORDIC
DE DIJON
ART ET ENERGIE
ASAC BOURGOGNE
ASSOCIATION SPORTIVE AUTOMOBILE CLUB
BOURGOGNE
ASSOCIATION DE SOUTIEN À LIRE ET FAIRE
LIRE EN CÔTE-D'OR
ASSOCIATION POUR LE DROIT À MOURIR
DANS LA DIGNITE
ATC - ROUTES DU MONDE DIJON
ATELIER EIKA IKEBANA
AVEC LA DEUCHE ROSE
AVUM LOISIRS
BANQUE ALIMENTAIRE DE BOURGOGNE
BINOME21
BOURGOGNE COLLABORATIVE NETWORK
CERCLE GENEALOGIQUE DE LA COTE-D'OR
CLUB ALPIN FRANÇAIS
CLUB DES CHIFFRES ET DES LETTRES DE DIJON
CLUB QUESTIONS POUR UN CHAMPION DE DIJON
CODEP EPGV DE COTE-D'OR
COMITE BRIDGE BOURGOGNE-FRANCHE-COMTE
COMITE DE COTE-D'OR DE HANDBALL
COMITE DEPARTEMENTAL DE CYCLOTOURISME
COMITE DEPARTEMENTAL DE LA RANDONNEE
PEDESTRE DE CÔTE-D'OR (CDRP 21)
CROIX ROUGE FRANÇAISE
CTRC DE BOURGOGNE
DENTELLE EN RIBAMBELLE
EGPE 21
EQUI-SENS BFC

FAMILLES RURALES 21
FIL-O-MENE 2
FRANCE ADOT 21
FRANCE ALZHEIMER 21
FRANCE AVC 21
FRANCE BENEVOLAT COTE-D'OR
FRANCE PARKINSON
JALMALV DIJON
LES AMIS DE DANTE ALIGHIERI
LES CHOUETTES DU CŒUR
LES PEP CBFC
NOUVELLES VOIES REGIONS EST
OPAD - L'ASSOCIATION DES SENIORS DIJONNAIS
PARC ECOLOISIRS SPORTIFS
PETITS FRERES DES PAUVRES
PLAISIRS DE SOIE
PLATEFORME DE LA FINANCE SOLIDAIRE EN
BOURGOGNE
RECOURS 21 / BEAUNE ET AILLEURS
RESEDA BFC
RETRAITES CFD
SCRABBLE CLUB DIJONNAIS
SOS AMITIE DIJON
UDAF COTE-D'OR
VISITES DES MALADES DANS LES
ETABLISSEMENTS HOSPITALIERS (VMEH)



PROGRAMME DU

L'ESPACE SCÈNE



10h00 – 10h45

Démonstration culinaire : poulet de la Ferme de la Petite Montagne à Hauteroche, saucisson de volaille à la moutarde (Reine de Dijon),

Emulsion de Brillat-Savarin (Fromagerie Delin) et lentilles d'Henri Mutin

*Cyrille RIANDET, Chef et artisan boucher Savoir-faire 100 % Côte-d'Or
Riandet Traiteur*



11h – 11h30

Bien manger pour bien vivre sa retraite !

CARSAT

11h45 – 12h15

Démonstrations de danse et danses participatives (Charleston, Country, Bachata, West Coast Swing, Rock...)

École Mansouri



13h – 13h30

Démonstrations de danse et danses participatives (Charleston, Country, Bachata, West Coast Swing, Rock...)

École Mansouri



14h – 14h45

Démonstration culinaire : truites fraîches et fumées / Tartare de truite au yaourt (Truites de L'Aube de Veuxhaulles)

*Jean-Alain POITEVIN, Ambassadeur Restaurateur Savoir-faire 100% Côte-d'Or
Bistrot de l'O*



15h15 – 16h

Tango pour les seniors : écouter, danser et partager le Tango

ABB Reportages et son équipe de Tangueros sous la direction de Clarissa MACHADO et Florencia SEGURA, maestras de Tango



16h – 16h30

Fit'Stick

CODEP EPGV de Côte-d'Or

17h – 17h45

Prévention santé et cure thermale, l'exemple de Bourbon-Lancy, Station Thermale de Pleine Santé

Thermes de Bourbon-Lancy

L'ESPACE ATELIERS



10h15 – 10h45

L'AVC, une urgence vitale

France AVC 21 et Katia Hardenberg, Médecin Urgentiste au CHU de DIJON

11h – 11h30

Plaisir de danser

OPAD - L'ASSOCIATION DES SENIORS DIJONNAIS



11h30 – 11h50

Découverte du Qi Gong

Association Art et Energie

12h – 12h30

Le don d'organes en 2023

France ADOT 21

13h30 – 14h30

Les aventures de Babeth et Marco, un jeu d'énigmes dont vous êtes le héros

FAPA Seniors 21

14h30 – 15h30

Zumba & Chorale

OPAD - L'ASSOCIATION DES SENIORS DIJONNAIS



15h45 – 16h15

Le geste du marcheur nordique loisirs et santé

Amis et Adeptes de la Marche Nordic de Dijon

16h30 – 17h

Activité physique et Bien Vieillir

CODEP EGPV de Côte-d'Or et Emmanuel BONNAVENTURE, Conseiller Technique Régional

17h – 17h30

Démonstration Fitness Danse et Country

AVUM Loisirs



VENDREDI 28 AVRIL

LE STAND DU CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA CÔTE-D'OR



LES COURS DE CUISINE ET DÉMONSTRATIONS CULINAIRES 100 % CÔTE-D'OR



11h – 11h45

Cours de cuisine (sur réservation)

Recette : suprême de volaille Gaston Gérard (Ferme de la Petite Montagne à Hauteroche), Risotto de pommes de terre à la moutarde (Reine de Dijon)

Cyrille RIANDET, Chef et artisan boucher Savoir-faire 100 % Côte-d'Or
Riandet Traiteur

15h – 15h45

Cours de cuisine (sur réservation)

Recette : oeuf cuit basse température, sauce Côte-d'Or et truite fumée (Truites de L'Aube de Veuxhailles)

Jean-Alain POITEVIN, Ambassadeur Restaurateur Savoir-faire 100 % Côte-d'Or
Bistrot de l'O

À RETROUVER TOUTE LA JOURNÉE SUR LE STAND DU CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA CÔTE-D'OR :



SOUTIEN ET MAINTIEN À DOMICILE

Une antenne délocalisée de la Maison de l'Autonomie pour vous conseiller et vous guider



SE DIVERTIR ET PARTAGER

La Médiathèque Côte-d'Or et nos conseillers numériques pour ceux qui aiment lire et se divertir



SORTIR ET DÉCOUVRIR

La Côte-d'Or j'adore pour voyager dans le département et le MuséoParc Alésia pour découvrir des techniques d'antan !

Salon des Seniors de Côte-d'Or

27 et 28 avril 2023
Dijon • Parc des expositions