

GRATUIT

Bienvenue à la retraite

**VENEZ DÉCOUVRIR LES ATELIERS FAITS POUR VOUS :
DES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES ET FINANCIÈRES
AUX CONSEILS POUR PRENDRE SOIN DE VOUS...**

**NOUS VOUS ACCOMPAGNONS VERS UNE RETRAITE
ÉPANOUIE ET ACTIVE**



**PROPOSITION D'UN PROGRAMME EN 8
ATELIERS (DESCRIPTIF AU DOS)**

Ces ateliers se dérouleront en présentiel au
10 AVENUE DE L'EUROPE
31520 RAMONVILLE-SAINT-AGNE

**Pour vous inscrire, veuillez scanner ce QR CODE
ou appeler Adeline Maillard au 07.84.93.40.16**



LES ATELIERS

1 *À la retraite, démarches administratives et financières*

Mardi 10 octobre 2023 (9h-17h)

Mardi 17 octobre 2023 (9h-13h)

2 *Retraite : mes envies, projets, tempo*

Jeudi 26 octobre 2023 (9h-17h)

3 *Prendre soin de soi*

Mercredi 15 novembre 2023 (9h-12h)

Mercredi 22 novembre 2023 (9h-12h)

Mercredi 29 novembre 2023 (9h-12h)

4 *Du temps pour soi, du temps pour les autres*

Mercredi 29 novembre 2023 (14h-17h)

Mercredi 13 décembre 2023 (9h-12h)

5 *J'aide un proche au quotidien*

Mardi 9 janvier 2024 (9h-12h)

Mardi 16 janvier 2024 (9h-12h)

Mardi 23 janvier 2024 (9h-12h)

6 *100% mobilité à la retraite*

Jeudi 8 février 2024 (9h-12h30)

7 *S'enrichir de nos différences*

Mercredi 28 février 2024 (9h-13h)

Mercredi 13 Mars 2024 (9h-12h)

8 *Retour sur vos expériences*

Mercredi 13 mars 2024 (14h-17h)

Mardi 11 juin 2024 (10h-13h)

