

ATELIER
Bienvenue
à la retraite



VERS UNE RETRAITE ACTIVE ET ÉPANOUIE

Vous êtes bientôt à la retraite ou retraité depuis peu ?
L'atelier «Bienvenue à la retraite» est fait pour vous !

UN CYCLE DE 5 SÉANCES

ENTRE LE 21 SEPTEMBRE ET LE 05 OCTOBRE 2026

SAINTE-PAZANNE

Gratuit
sur
inscription

Pour tout renseignement ou inscription, contactez

la France Services de Sainte-Pazanne

par téléphone : 02 40 02 79 91

par mail : franceservices@sainte-pazanne.com


Association santé
éducation et prévention
sur les territoires
Pays de la Loire



**POUR Bien
vieillir**

 l'assurance
retraite

 santé
famille
retraite
services
L'essentiel & plus encore

 Carsat Retraite
& Santé
au travail
Pays de la Loire



Fondation
Mutualia
agir pour l'avenir GRAND OUEST


Ircantec
La retraite complémentaire publique


enim
le régime social
des marins


Camiegy
Caisse d'Assurance Maladie
des Industries Électriques et Gazières

 Générations
Mouvement
Les Allés Raux

 RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

 France
services

 Sainte
Pazanne
L'avenir en cœur de Ter.

QU'EST-CE QUE L'ATELIER BIENVENUE À LA RETRAITE ?

Attendue ou redoutée, comment aborder ce tournant dans votre vie ? L'atelier «Bienvenue à la retraite» est là pour vous aider à mieux appréhender ce changement. Animé par des experts, l'atelier est conçu pour vous aider à connaître vos droits, vous encourager à prendre soin de vous et de votre santé.

Vous avez des projets ? C'est l'occasion d'exprimer vos attentes, de mieux les comprendre et ainsi d'aller à la rencontre d'opportunités.



Vous recevrez des conseils concrets, simples et des informations pratiques.

Ces moments partagés favorisent les rencontres, enrichissent les échanges et vous invitent à prendre en main votre bien-être et votre retraite.

COMMENT ÇA MARCHE ?

Vous vous inscrivez sur un cycle de 5 séances au sein d'un petit groupe d'une dizaine de personnes. **Animé par des professionnels**, cet atelier s'appuie sur un programme précis qui aborde, **dans une ambiance conviviale et ludique**, les différents aspects de votre nouvelle vie.

AU PROGRAMME DE L'ATELIER:

- Connaître ses droits sociaux et les démarches administratives à réaliser
- Trouver sa place, son rythme de vie et définir ses projets
- Continuer à prendre soin de soi et de sa santé
- Partager une activité et découvrir l'environnement local
- Comprendre les richesses du partage et de l'intergénérationnel

LUNDI 21 SEPTEMBRE 13H30 – 17H

VENDREDI 25 SEPTEMBRE 9H – 11H30

LUNDI 28 SEPTEMBRE 9H – 16H30

(REPAS EN COMMUN – MERCI DE PRÉVOIR VOTRE DÉJEUNER)

VENDREDI 02 OCTOBRE 9H – 13H

LUNDI 05 OCTOBRE 9H – 16H

(REPAS EN COMMUN – MERCI DE PRÉVOIR VOTRE DÉJEUNER)



FRANCE SERVICES
10 RUE DE L'HÔTEL DE VILLE
44680 SAINTE-PAZANNE