

LES ATELIERS BIENVENUE À LA RETRAITE

Futurs et jeunes retraités ?
Bienvenue dans votre nouvelle vie !

DÈS 55 ANS



Rendez-vous à **CREPY** :
Les mardis 10 et 17 novembre 2026
de 10h00 à 16h00

Inscription par téléphone : 06 23 37 32 38 ou par mail :
am.pery@hotmail.fr

Un **programme complet**, sur **deux journées**, **conçu** et **animé** par des **professionnels** !

Mardi 10 novembre - 10h à 16h

- Accueil / petit déjeuner en toute convivialité - 10h
- Présentation des espaces France Services
- Apéritif dinatoire - 12h
- Echanges autour des changements liés au passage de la retraite
- Bien manger et bien dormir : deux alliés pour bien vieillir

Mardi 17 novembre - 10h à 16h

- Accueil / petit déjeuner en toute convivialité - 10h
- Apprendre à se préserver et pas seulement "donner de soi" - Intervention d'une sophrologue
- Auberge espagnole - 12h
- Découverte des différents types de bénévolat
- Intervention d'un notaire pour répondre à vos questions