

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 4 SÉANCES  
ENTRE LE 05 JUIN ET LE 26 JUIN 2026

SAINT-CLÉMENT-DE-LA-PLACE

Gratuit  
sur  
inscription

Pour tout renseignement ou inscription, contactez :

La Mairie de Saint-Clément-de-la-place

par téléphone : 02 41 77 94 04

par mail : [mairie@saint-clement-de-la-place.fr](mailto:mairie@saint-clement-de-la-place.fr)

  
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  
Solidarité pour l'avenir  
GRAND OUEST

 enim  
le régime social  
des marins

 ircantec  
La retraite complémentaire  
publique

 Camieg  
Caisse d'Assurance Maladie  
des Industries Électriques et Gazières

 Générations  
Mouvement  
Les Aînés Ruraux

 CNRACL

 SAINT  
CLÉMENT  
de la Place

## 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 4 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

VENDREDI 05 JUIN 9H – 12H30



MERCREDI 10 JUIN 9H – 16H30

REPAS EN COMMUN – MERCI DE PRÉVOIR VOTRE DÉJEUNER

VENDREDI 19 JUIN 9H – 12H

VENDREDI 26 JUIN 9H – 12H



MAIRIE  
SAINT-CLÉMENT-DE-LA-PLACE  
9 PLACE DE L'ÉGLISE

49370