

Futurs ou jeunes
retraités



BIENVENUE À LA RETRAITE

Profitez d'un **atelier collectif** et **gratuit** de 6 séances pour vivre une retraite **sereine** et **active** !

Lieu : Salle des magnolias à la Mabiterie
(Varades) 44370 Loireauxence

1^{re} Séance : Jeudi 10 septembre 2026

Heure : de 10h à 12h

Inscription : 02 40 98 63 94
efs@loireauxence.fr

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Pays de la Loire



**POUR Bien
vieILLIR**



AGRICULTURE
agirc-arrco



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Loireauxence

NOSILVER

UN PARCOURS COLLECTIF DE 6 THÉMATIQUES

Séance 1 : Apprenons à nous connaître, à nous découvrir.



Séance 3 : Mes envies, mes projets, mon tempo, mon nouveau quotidien.



Séance 5 : Je consacre du temps moi, pour les autres

OU

Je veille à mon équilibre



Séance 2 : Mes démarches administratives et financières.



Séance 4 : Je continue de prendre soin de moi.



Séance 6 : Retrouvons nous et faisons un point d'étape



Inscription gratuite !

Plus de renseignement :

02 40 98 63 94

efs@loireauxence.fr

Tous les jeudis de 10h à 12h

Séance 1 : 10/09/2026

Séance 2 : 17/09/2026

Séance 3 : 24/09/2026

Séance 4 : 01/10/2026

Séance 5 : 08/10/2026

Séance 6 : 05/11/2026