MUTUALITÉ FRANÇAISE
GRAND EST

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

OCTOBRE 2017

LA MUTUALITÉ FRANÇAISE GRAND EST MET EN PLACE À VILLERS-SEMEUSE (08) LES RENCONTRES SANTÉ :

BIENTÔT LA RETRAITE !

Le passage à la retraite peut être vécu différemment selon les individus. Moment attendu pour les uns, transition difficile pour les autres, cette étape de la vie est capitale pour chacun et implique des changements de modes de vie, de place au sein de la famille, de revenus, etc. Préparer sa retraite peut permettre d'aborder plus sereinement la cessation d'activité professionnelle et d'envisager d'autres projets.

Le sujet étant un thème important de santé publique, la Mutualité Française Grand Est se mobilise en mettant en place un cycle de six ateliers gratuits "Bientôt la retraite" à destination des personnes âgées de 55 à 65 ans en activité professionnelle ou jeunes retraitées à Villers-Semeuse dans les Ardennes (08).

- **SÉANCE DE PRÉSENTATION DES ATELIERS** : *jeudi 19 octobre de 18h à 20h*

- **ATELIER "RÉFLÉCHIR À CETTE NOUVELLE ÉTAPE"** : *mercredi 8 novembre de 18h à 20h30*
  Animé par une psychologue du travail
  Les idées reçues
  Les évènements de vie
  Les projets futurs

- **ATELIER "MIEUX GÉRER LA TRANSITION"** : *mercredi 15 novembre de 18h à 20h30*
  Animé par une psychologue

- **ATELIER "CONNAÎTRE LES CLÉS DU BIEN VIEILLIR"** : *jeudi 23 novembre de 18h à 20h*
  Animé par un médecin
  Les changements physiologiques
  Les médicaments
  Un mode de vie adapté (alimentation et activité physique)
  Les bilans de prévention

- **ATELIER "SAVOIR GÉRER SON PATRIMOINE"** : *jeudi 30 novembre de 18h à 20h*
  Animé par un notaire
  Les régimes matrimoniaux
  La répartition des biens
  La fiscalité de la succession

- **ATELIER "RENCONTRER LE MONDE DU BÉNÉVOLAT"** *jeudi 7 décembre de 18h à 20h*
  Animé par un responsable associatif
  Connaître les activités bénévoles au sein de sa commune/mutuelle
  Renforcer son rôle social

- **ATELIER "REPENSER LA RELATION DANS LE COUPLE"** : *jeudi 14 décembre de 18h à 20h*
  Animé par un psychologue

ⓘ **Adresse : tous les ateliers auront lieu à la salle de Fêtes 13 rue Ferdinand Buisson à Villers-Semeuse.**
Renseignements et inscriptions : 03 26 84 51 71 ou vbrochard@mfge.fr

www.grandest.mutualite.fr

Présidée par Laurent MASSON, la **Mutualité Française Grand Est** rassemble près de 180 mutuelles (qui protègent plus de 2,6 millions de personnes, soit 47% de la population) et gère 131 services de soins et d'accompagnement. Véritable mouvement social, elle fonde son action sur le respect de la dignité des personnes, la solidarité, la démocratie, l'indépendance et la responsabilité. Elle représente et défend les mutuelles et leurs adhérents, anime et coordonne la vie mutualiste régionale, apporte des services aux mutuelles (formation, communication) et met en œuvre des actions de prévention et de promotion de la santé auprès de leurs adhérents et de la population.

Votre **CONTACT COMMUNICATION** :

Cécile **MOFFROID**
› **06 88 82 95 81**
cmoffroid@mfge.fr