



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

GRAND EST

RENCONTRE SANTÉ BIEN VIEILLIR

En route pour *la retraite !*



Mardi 18

OCTOBRE 2022

9h/12h - 14h/17h

ESPACE SANTÉ

7 rue Georges Lang

REMIREMONT



RÉUSSIR VOTRE PASSAGE À LA RETRAITE

Une journée d'échanges, pour toute personne qui entrera en retraite d'ici 2 ans ou déjà à la retraite depuis moins de 2 ans, visant à aider les participants à aborder plus sereinement le passage à la retraite.

**PROGRAMME GRATUIT
DÉTAILS AU VERSO**

**RENSEIGNEMENTS
INSCRIPTION**

Mutualité Française

Grand Est

inscription@mfge.fr

06 49 85 62 31



**INSCRIPTION
EN LIGNE**



#RDVbienvieillir



Les partenaires :



Espace
Santé
du Pays



**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
GRAND EST



EN ROUTE POUR *la retraite !*

LE PROGRAMME

Toutes les rencontres
santé sont gratuites

Atelier - La retraite et ses représentations

*Echanges autour de la préparation, la transition
et la vie à la retraite - animé par une psychologue*

Atelier - Lien social et engagement citoyen

*Découverte de nouvelles activités tournées vers les autres
qui favorisent le lien social et l'engagement citoyen -
animé par un représentant associatif bénévole*

Atelier - Bien-être à la retraite

*Création d'un tableau artistique à partir de ses besoins
et aspirations pour cette période de retraite -
animé par une art-thérapeute*

La journée En route pour la retraite a lieu

Mardi 18 octobre 2022

de 9h à 12h & 14h à 17h

Espace Santé - 7 rue Georges Lang - REMIREMONT

*Le repas de midi peut être pris en commun
(à la charge du participant)*

Sur Inscription

Mutualité Française
Grand Est
06 49 85 62 31
inscription@mfge.fr



INSCRIPTION EN LIGNE