

**À LA RETRAITE  
UNE NOUVELLE VIE  
COMMENCE !**

Vous êtes bientôt **à la retraite**  
ou **retraité depuis peu ?**  
**L'atelier Bienvenue à la**  
**retraite est fait pour vous !**



**POUR Bien  
VieILLIR**

**Carsat** Retraite  
& Santé  
au travail  
Auvergne

 l'assurance  
retraite

 RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
agirc-arcco

 santé  
formation  
retraite  
services  
L'essentiel & plus encore

 CNRACL  
Le conseil national  
français des retraités

# INSCRIVEZ-VOUS À UN ATELIER **BIENVENUE** **À LA RETRAITE !**



## **Gagnez en sérénité !**

- Comprendre et connaître ses droits à la retraite
- Gérer son budget, ses ressources
- Obtenir des conseils et des solutions

## **Le temps à la retraite : ça se prépare !**

- Connaître ses besoins
- Trouver des idées
- Réfléchir à ses envies
- Partager les expériences

## **La santé ? Tous acteurs !**

- Découvrir comment favoriser son bien-être
- Bouger, bien manger, bien dormir : comprendre pourquoi c'est vraiment important

## **On continue ensemble ?**

- Connaître les activités de proximité, les bons plans et bonnes pratiques à partager
- Garder le contact ? Pourquoi pas !

Pour **trouver un atelier** proche de chez vous,  
> rendez-vous sur le site [www.carsat-auvergne.fr](http://www.carsat-auvergne.fr),  
rubrique retraités / Actualités  
> ou écrivez à [aidescollectives@carsat-auvergne.fr](mailto:aidescollectives@carsat-auvergne.fr)



### **Le saviez-vous ?**

**Cet atelier vous est offert par votre caisse de retraite.**