

A la retraite une nouvelle vie commence

Atelier

Bienvenue à la retraite

- Conseils pratiques
- Rencontres
- Thématiques variées

Carsat Retraite & Santé au travail
Alsace-Moselle

pb POUR BIEN VIEILLIR



Lieu des séances :

Salle Polyvalente
100 rue de Grémecey -Coutures
57 170 CHATEAU-SALINS

Au programme de cet atelier :

Séance 1, le vendredi 6 novembre 2026 de 9h00 à 12h00 : Je continue de prendre soin de moi : des conseils pratiques pour ma santé et mon bien être.

Séance 2, le vendredi 6 novembre 2026 de 13h30 à 16h30 : À la retraite : mes démarches administratives et financières. Tout savoir sur les démarches administratives (retraite, retraite complémentaire, complémentaire santé) et financières (gérer son budget, connaître ses droits aux aides).

Séance 3, le vendredi 20 novembre 2026 de 9h00 à 12h00 : Ma retraite, mes envies, mon projet, mon tempo.

Séance 4, le vendredi 20 novembre 2026 de 13h30 à 16h30 : Du temps pour soi, du temps à offrir aux autres.

Comment s'inscrire ?

C'est très simple, il suffit de contacter l'organisateur de cette action, « La Fédération Seniors Moselle » (en partenariat avec le CCAS de Château-Salins) :

Par téléphone : 07 78 83 73 57

Par mail : projets@federationseniorsmoselle.fr

Cet atelier vous est offert par votre caisse de retraite. En vous inscrivant, vous acceptez de participer à l'ensemble du programme. Nous espérons vous compter parmi les participants.