



SENIORS

## Bienvenue à la retraite

### Futurs ou jeunes retraités, bienvenue à la retraite.

Publié le 3 septembre 2024

Profitez d'un atelier collectif et gratuit de 7 séances pour vivre une retraite sereine et active !

Séance 1 : 16/09/2024 - 17h-19h - Apprenons à nous connaître, à nous découvrir.

Séance 2 : 23/09/2024 - 17h-19h - Je gère mon budget, je réalise mes démarches administratives et juridiques et me renseigne.

Séance 3 : 30/09/2024 - 17h-19h - Mes envies, mes projets, mon tempo, mon nouveau quotidien.

Séance 4 : 07/10/2024 - 17h-19h - Je continue de prendre soin de moi.

Séance 5 : 14/10/2024 - 17h-19h - Du temps pour moi, du temps à offrir aux autres.

Séance 6 : 04/11/2024 - 17h-19h - 100% mobile à la retraite.

Séance 7 : 25/11/2024 - 17h-19h - Retrouvons nous et faisons un point bilan !

Salle Octave Monjoin - Rue du Gué de la Chapelle - 36250 Saint-Maur

Renseignements et inscriptions :

Tél : [02 54 08 26 30](tel:0254082630) ou [02 54 08 26 47](tel:0254082647)



LE DÉPARTEMENT  
**INDRE**  
EN BERRY

#### DÉPARTEMENT DE L'INDRE

Place de la Victoire et des Alliés CS20639  
36020 Châteauroux

Lundi au Vendredi : 8h15 à 12h30 - 13h30 à 17h

[02 54 27 34 36](tel:0254273436)