

Futurs ou jeunes  
retraités



## BIENVENUE À LA RETRAITE

Profitez d'un atelier collectif et  
gratuit de 6 séances pour vivre  
une retraite sereine et active !

Lieu : 29 rue de la Libération à Craon  
1<sup>re</sup> Séance : Vendredi 2 octobre 2026  
de 10h à 12h

Inscription :

[franceservices@cias.paysdecraon.fr](mailto:franceservices@cias.paysdecraon.fr)  
02 43 09 09 65

**Carsat** Retraite  
& Santé  
au travail  
Pays de la Loire



**POUR Bien  
Vieillir**



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



**NEOSILVER**

# UN PARCOURS COLLECTIF DE 6 THÉMATIQUES

**Séance 1** : Apprenons à nous connaître, à nous découvrir.



**Séance 3** : Mes envies, mes projets, mon tempo, mon nouveau quotidien.



**Séance 5** : Je consacre du temps pour moi, pour les autres (2 heures)

**OU**

Je veille à mon équilibre (2 heures)



**Séance 2** : Mes démarches administratives et financières.



**Séance 4** : Je continue de prendre soin de moi.



**Séance 6** : Retrouvons nous et faisons un point d'étape (2 heures)



**Inscription gratuite !**

**Tous les vendredis matin**

Plus de renseignements :

à [franceservices@cias.paysdecraon.fr](mailto:franceservices@cias.paysdecraon.fr)  
ou  
au 02 43 09 09 65

Séance 1 : vendredi 02/10 à 10h  
Séance 2 : vendredi 09/10 à 10h  
Séance 3 : vendredi 16/10 à 10h  
Séance 4 : vendredi 06/11 à 10h  
Séance 5 : vendredi 13/11 à 10h  
Séance 6 : vendredi 11/12 à 10h