



En route pour la retraite !

Ciné-débat suivi d'un cycle de 4 ateliers santé, à Nîmes

Du 27 septembre au 25 octobre 2021 :

- **Lundi 27 septembre** : Ciné-débat, de 14h à 17h, au Cinéma CGR, Avenue de la Méditerranée
- **Du lundi 4 octobre au lundi 25 octobre** : Cycle d'ateliers au Pôle Promotion Santé, 65 B Rue de la République, cedex 9 Nîmes

Gratuit sur inscription au 05 31 48 11 55 (9h-12h30 / 14h-18h du lundi au jeudi et jusqu'à 16h le vendredi)
Dans la limite des places disponibles.

Inscription valable pour le ciné-débat et/ou l'ensemble des ateliers.

La Mutualité Française Occitanie, en partenariat avec la Carsat Languedoc-Roussillon, le pôle promotion santé de la ville de Nîmes et l'association Monalisa 30, propose aux futurs et jeunes retraités un ciné-débat suivi d'un cycle d'ateliers « En route pour la retraite » qui ont pour vocation d'accompagner les participants dans la transition entre deux périodes de vie très différenciées. Cette rencontre santé est organisée du 27 septembre au 25 octobre à Nîmes.



Au programme :

Ciné-débat « Joyeuse retraite »

Lundi 27 septembre, de 14h à 17h

Un film qui aborde, avec humour et légèreté, les imprévus de la vie quotidienne liés au passage à la retraite et notamment la place des grands-parents au sein de la famille. Une psychologue échangera avec les participants sur les questions en lien avec le passage à la retraite.

Cycle de 4 ateliers

- **Atelier 1 : Réaliser les démarches administratives**

Lundi 4 octobre, de 14h à 16h

- **Atelier 2 : Aborder sereinement la retraite**

Lundi 11 octobre, de 14h à 16h

- **Atelier 3 : Prendre un temps pour vous**

Lundi 18 octobre, de 14h à 16h

- **Atelier 4 : Favoriser la continuité du lien social**

Lundi 25 octobre, de 14h à 16h

Action menée en partenariat avec la Carsat Languedoc-Roussillon, Monalisa et Nîmes.

Action réalisée dans le respect des règles sanitaires en vigueur. Pass sanitaire obligatoire.

A PROPOS DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE OCCITANIE :

La Mutualité Française Occitanie est un acteur incontournable de la politique de santé sur la région. Elle participe activement au maintien d'une protection sociale solidaire, d'un accès aux soins pour tous et à l'évolution de notre système de santé. Son rôle est aussi d'accompagner les mutuelles, notamment en favorisant le militantisme de proximité et en donnant aux élus mutualistes les moyens d'exercer leur engagement. La Mutualité Française participe au développement et à la promotion de l'économie sociale et solidaire en région.

La Mutualité Française Occitanie rassemble et représente :

- 132 mutuelles, soit 3 200 000 personnes protégées.
- Plus de 488 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 900 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.