

Futurs ou jeunes retraités

BIENVENUE À LA RETRAITE

Profitez d'un parcours de 4 séances collectives **offert** par la **CARSAT Bourgogne-Franche-Comté** pour vivre une retraite **sereine** et **active** !

Café des pratiques, 105bis Rue de Belfort, 25000, Besançon

1re Séance : **Jeudi 12 novembre**

De 14h à 16h30

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

03 81 56 20 65

cafedespratiques@gmail.com

Carsat Retraite & Santé au travail Bourgogne & Franche-Comté

NEOSILVER

POUR BIEN VIEILLIR

l'assurance retraite · agirc-arrco · msa · CNRACL

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

le café des pratiques

UN PARCOURS COLLECTIF DE 4 THEMATIQUES

Séance 1 : Mes droits, mes démarches administratives et mon budget

Séance 2 : Mes envies, mes projets, mon tempo, mon nouveau quotidien
Du temps pour soi, du temps pour les autres

Séance 3 : Je continue à prendre soin de moi
J'aide un proche au quotidien, je veille à mon équilibre

Séance 4 : Retrouvons nous et faisons un point bilan

Inscription gratuite !

le café des pratiques

Renseignements et inscriptions :

03 81 56 20 65
cafedespratiques@gmail.com

Tous les jeudis de 14h - 16h30

Séance 1 : 12/11/2026
Séance 2 : 19/11/2026
Séance 3 : 26/11/2026
Séance 4 : 03/12/2026