



► PARCOURS PRÉVENTION

Bien vivre sa retraite

**Rendez-vous le mardi 2 décembre – de 9h15 à 16h
à St-Sébastien sur Loire**

Participez à notre parcours de prévention.

Ces séances collectives sont animées par des professionnels spécialisés dans les thématiques abordées.

PROGRAMME



Matin

Mardi 2 décembre de 9h15 à 12h30

Accueil convivial

Réunion d'informations sur votre couverture santé et vos démarches

A vous de jouer - Prévention !

Animée par l'équipe Camieg

Conférence « Le bien-être à la retraite, une question d'état d'esprit »

Animée par un.e psychologue

Repas



Après-midi

Mardi 2 décembre à 13h45 à 16h00

► **Atelier 1 : Initiation à la sophrologie**

Durée 1h — Animée par un.e sophrologue

► **Atelier 2 : Gardons la forme**

Durée 1h — Animée par un.e éducateur-trice sportif-ve



INFOS PRATIQUES

► Modalités et participation

La journée se déroule à WHOME CENTRE D'AIFFAIRES situé au 6, rue Marie Curie à Saint-Sébastien sur Loire. Il s'agit d'un parcours de prévention. L'inscription au programme vous engage à participer à l'ensemble des séances.



► Renseignements et inscriptions

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention au 02 53 59 11 15.

INSCRIPTIONS POSSIBLES AVANT LE 24/11/2025 :

- Par courriel : camieg-prevention-pdl@camieg.org
- Par téléphone : 02 53 59 11 15 (boîte vocale)
- En ligne, en complétant le formulaire d'inscription en flashant le QRCode ci-contre



Flashez
le QRCode

Prise en charge totale des frais d'inscription et de la participation par la Camieg.

► Informations pratiques

WHOME CENTRE D'AIFFAIRES est situé en face du restaurant orange PIZZA SCARAMOUCHE.

Le stationnement peut s'effectuer sur le parking de Whome ou aux alentours (parking de Laser Game Evolution, parking du restaurant Memphis...).

Pour ceux qui le souhaitent, le déjeuner se fera ensemble. La Camieg ne prend pas en charge les frais de restauration.

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention au 02 53 59 11 15.

► **Rendez-vous le mardi 2 décembre – à 9h15 à Saint-Sébastien sur Loire**