

PROMOTEUR : ORIAPA

INTITULE DE L'ACTION : Bienvenue à la retraite

GRUPE 1- BRAS PANON (ENTRE 10 ET 12 PARTICIPANTS)

PUBLIC : RETRAITES (GIR 5 et 6)

SEANCE	DATE	JOUR DE LA SEMAINE	HEURE	LIEU	Modules socles/ complémentaires	ACTIVITE / THEME
1	02/09/2024	LUNDI	13h30 à 15h30	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 1 A la retraite : Mes démarches administratives et financières	Je m'informe sur l'âge, les conditions pour partir à la retraite, la liquidation des droits retraite, le relevé de situation individuel (le relevé de carrière)
2	16/09/2024	LUNDI	13h30 à 15h30	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 1 A la retraite : Mes démarches administratives et financières	J'anticipe mon départ (simulation du montant de ma retraite, et autres droits sociaux , mon relevé de carrière)
3	14/10/2024	LUNDI	13h30 à 15h30	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 1 A la retraite : Mes démarches administratives et financières	Formalités de demande de la retraite , mon réseau d'aide et les services en ligne
4	21/10/2024	LUNDI	13h30 à 15h30	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 2 : Retraite: mes envies, mes projets, mon tempo!	Le passage à la retraite: une nouvelle étape de ma vie
5	28/10/2024	LUNDI	13h30 à 15h30	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 2 : Retraite: mes envies, mes projets, mon tempo!	J'améliore mon cadre de vie et je ménage ma monture
6	04/11/2024	LUNDI	9h à 11h	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 2 : Retraite: mes envies, mes projets, mon tempo!	Je reste actif et j'entretiens des relations sociales
7	18/11/2024	LUNDI	9h à 11h	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 3 : Je continue à prendre soin de moi	Comment préserver sa santé physique et sa santé émotionnelle ?
8	25/11/2024	LUNDI	9h à 11h	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Complémentaire 1 : J'aide un proche au quotidien: je veille à mon équilibre	Bien dans mon rôle d'aidant
9	02/12/2024	LUNDI	9h à 11h	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Complémentaire 2 : 100% Mobile à la retraite	Je continue à bouger une fois à la retraite
10	09/12/2024	LUNDI	9h à 11h	Association, ADP Place Michel Debré (ex/ MJC de Bras- Panon en face de la Poste) , RN 2, 97412 Bras-Panon	Socle 4 : Votre expérience nous intéresse !	Mon projet de retraite : où en suis-je aujourd'hui ?

Plus d'informations et inscription : ORIAPA 0692 86 73 13 ou 0262 20 39 37