

UN PARCOURS COLLECTIF DE 7 THEMATIQUES

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



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



Séance 5: Du temps pour moi, du temps à offrir aux autres.



Séance 7: Retrouvons nous et faisons un point bilan!



Séance 2: Je gère mon budget, je réalise mes démarches administratives et juridiques et me renseigne



Séance 4: Je continue de prendre soin de moi.



Séance 6: J'aide un proche au quotidien, je veille à mon équilibre



Inscription gratuite !

**Tous les vendredis
14h30 - 16h30**

Plus de renseignements :
Par téléphone :
09 80 80 43 15

Par mail :
contact@retraite-neosilver.fr

Séance 1 : 14/11/2025
Séance 2 : 21/11/2025
Séance 3 : 28/11/2025
Séance 4 : 5/12/2025
Séance 5 : 12/12/2025
Séance 6 : 19/12/2025
Séance 7 : 9/1/2026