



► PARCOURS PRÉVENTION

Cap sur la retraite

Rendez-vous en visioconférence le mardi 19 et mercredi 20 mai

Participez aux 2 temps d'informations animés par des professionnels spécialisés dans les thématiques abordées.

PROGRAMME

Préparez votre retraite avec nous

Car bien vivre sa retraite ne s'improvise pas, informez-vous sur le passage à la retraite, vos droits et démarches en matière de couverture santé.

Simplifiez vos démarches

En participant à ces 2 temps d'informations, vous aurez les clés pour profiter pleinement de tous les services de la Camieg.

Cap sur une retraite épanouie

Nous vous proposons un avant-goût de l'offre de prévention de la Camieg.



Mardi 19/05/26

► 13h30 à 14h30

Conférence « Quels changements pour ma couverture santé Maladie ? »

Animée par un Conseiller Service Assurance Maladie de la Camieg

► 14h45 à 16h15

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

Animée par une psychologue

AU PROGRAMME (suite)



Mercredi 20/05/26

► 10h à 12h

Présentation « Cap sur la prévention ! »

Animée par les Chargées de Projets Prévention de la Camieg

+ un atelier de découverte, au choix :

- Thématique sommeil : « Le sommeil au fil des années »
- Thématique alimentation : « Les clés d'une alimentation équilibrée »
- Thématique activité physique : « Garder la forme »
- Thématique sophrologie : « Les bienfaits de la sophrologie »

Ateliers animés par des spécialistes des thématiques

INFOS PRATIQUES

► Modalités et participation

Pour participer en visioconférence, un ordinateur équipé d'une webcam et une bonne connexion internet suffisent.



Les modalités précises pour rejoindre les visioconférences vous seront communiquées à la suite de votre inscription.

La participation à l'ensemble des séances est requise.

► Renseignements et inscriptions

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention.

INSCRIPTIONS POSSIBLES AVANT LE 12/05/2026 :

- Par courriel : Capsularetraire@camieg.org
- Par téléphone : 02 34 28 22 11 / 03 62 53 78 15 (boîtes vocales)
- En complétant le formulaire d'inscription en ligne, en flashant le QR Code ci-contre



Flashez le QR Code

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

► **Rendez-vous le mardi 19/05 dès 13h30 en visioconférence**