

COMMUNIQUE DE PRESSE

**Du 21 au 25 mars 2022 :
une semaine dédiée aux nouveaux retraités
... à ne pas manquer !**

Du 21 au 25 mars 2022, la Carsat Alsace-Moselle propose aux nouveaux retraités un cycle de 4 conférences en ligne, interactives et gratuites sur le thème « Bienvenue à la retraite ! ».

Les conférences sont présentées par des professionnels qui donneront des conseils très concrets pour profiter pleinement de cette nouvelle étape, rester en forme et se sentir heureux ! Les participants pourront interagir en direct avec les intervenants.



Le programme et les modalités d'inscription sont accessibles sur le site de la Carsat Alsace-Moselle : www.carsat-alsacemoselle.fr.

En s'inscrivant sur la plateforme www.happyvisio.com, il sera possible aussi de voir les conférences en replay.

Le programme des conférences

Lundi 21 mars de 14h à 15h30 :

« Bien vivre sa retraite, des conseils pour préparer cette nouvelle étape de vie ».

Une intervention de Mme Francine Friederich - Docteur en philosophie

Mardi 22 mars de 14h à 15h30 :

« Bien dormir : comprendre l'évolution de votre sommeil ». Une intervention de Mme Séverine Beaupoil - chargée de prévention de la Carsat Alsace-Moselle

Jeudi 24 mars de 14h à 15h30 :

« Rester en forme : l'activité physique pour stimuler votre corps et votre mémoire ». Une intervention de Mme Hélène Frossini - animatrice activité physique adaptée.

Vendredi 25 mars de 14h à 15h00 :

« Cultiver le bonheur : 3 kifs par jour et autres rituels pour se sentir heureux ». Une intervention de Mme Florence Servan Schreiber, professeure de bonheur, auteure, journaliste, conférencière et formatrice

Depuis plusieurs années, la Carsat Alsace-Moselle engagée auprès de ses retraités, propose des réunions d'information et des ateliers collectifs axés sur la prévention santé et le maintien du lien social. Ces actions sont mises en place en partenariat avec les autres caisses de retraite. Pour plus d'information rendez-vous sur le site pourbienvieillir.fr

Contact presse : contact-media@carsat-am.fr

La Carsat Alsace-Moselle est un organisme de droit privé en charge d'une mission de service public et qui gère :

- la préparation et le paiement de la retraite ;
- la prévention et la tarification des risques professionnels ;
- l'aide et l'accompagnement des assurés en difficulté.

Carsat Alsace-Moselle

36, rue du Doubs
67011 Strasbourg Cedex 1

www.carsat-alsacemoselle.fr

- plus de 6 milliards de prestations versées à 739.626 retraités
- 802.337 salariés couverts contre les risques accidents de travail et maladies professionnelles en Alsace-Moselle
- 20.228 personnes aidées par le service social et 29.663 soutenues par l'action sociale

chiffres 2020

La Carsat est un organisme de la Sécurité sociale