

Invitation

Forum Bien vivre sa retraite

Mardi 11 octobre 2016
9h00 à 17h00

Gymnase Marcel Cerdan
37 rue Avaulée
92240 Malakoff

Entrée libre et gratuite



Ville de Malakoff



SÉCURITÉ SOCIALE

**l'Assurance
Retraite**
Île-de-France

Forum Bien vivre sa retraite

Où s'informer pour bien vieillir ?

Quelles activités privilégier pour rester en forme ?

Comment diversifier ses loisirs ?

Pour répondre à ces questions, l'Assurance retraite Île-de-France a le plaisir de vous inviter au Forum Bien vivre sa retraite organisé en partenariat avec la Ville de Malakoff.

Mardi 11 octobre 2016
de 9 h 00 à 17 h 00.

Le déjeuner est laissé libre.

Le Forum Bien vivre sa retraite est un événement organisé par l'Assurance retraite Île-de-France, en partenariat avec la Ville de Malakoff et avec le concours de :

groupement Prévention retraite Île-de-France (Prif), Caisse régionale d'Assurance maladie d'Île-de-France (Cramif/Service social et Cramif/Escavie), Caisse primaire d'assurance maladie du 92 (Cpam), Centre communal d'action sociale de Malakoff,

Au programme de cette journée

● Des tables rondes

- 10 h 00 à 10 h 45 : « Comment organiser son retour à domicile après une hospitalisation ? »
- 11 h 45 à 12 h 30 : « Aider un proche : quel accompagnement pour les aidants ? »
- 14 h 00 à 14 h 45 : « Garder la forme : les clés pour bien vivre sa retraite »
- 15 h 00 à 15 h 45 : « Demain, je m'engage dans de nouveaux projets »

● Des animations

Venez découvrir l'atelier « Bouger au quotidien » de 11 h 00 à 11 h 30 et de 16 h 00 à 16 h 30. Les inscriptions se font sur place sur le stand du Prif (Prévention retraite Île-de-France).

● De nombreux stands d'information

Comment rester en forme, aménager son cadre de vie, diversifier ses activités, être accompagné en sortie d'hospitalisation, etc.

Retrouvez le programme complet sur :
www.lassuranceretraite-idf.fr

Comité départemental des retraités et personnes âgées (Coderpa 92), Fédération des centres sociaux du 92, Foreval, Clic Vallée Sud - Grand Paris, Soliha (ex-Pact), Agence nationale pour les chèques-vacances (ANCV), France Bénévolat, Petits frères des Pauvres, Nouvelles voies - Demadom, Club des retraités du CCAS, France Alzheimer, Fondation Odilon-Lannelongue, Au bout du fil, E-seniors, etc.

Comment s'y rendre ?



Gymnase Marcel Cerdan 37 rue Avaulée 92240 Malakoff

En transport

- **Métro ligne 13** (Saint-Denis Université ou Gabriel Péri Asnières-Gennevilliers – Châtillon-Montrouge) : station Malakoff – Rue Étienne Dolet.
- **Ligne N** (Paris Montparnasse – Rambouillet/Dreux/Mantes la Jolie) : station Gare de Vanves Malakoff.
- **Bus 191** (Clamart/Place du Garde – Porte de Vanves) : arrêt Hoche.
- **Bus 323** (Issy Val de Seine RER – Ivry Gambetta) : arrêt Rond-point Henri Barbusse.