

J'ai moins de raison  
de sortir

Je vois moins de  
monde

Je peine à trouver  
mes repères



Vous êtes en retraite depuis  
moins de 2 ans, et cette  
nouvelle vie vous questionne ?

Participez au programme  
*ma retraite sereine*

une offre 100% digitale

La Carsat Hauts-de-France et son partenaire Jubiliz vous accompagnent

Consciente que le passage à la retraite est un cap important, la Carsat Hauts-de-France développe **Vivons retraite !**, afin d'accompagner les futurs et jeunes retraités de la région dans leur parcours de passage à la retraite.

## Le programme *ma retraite sereine*

### Objectifs :

- ▶ Faciliter la transition vie professionnelle/vie à la retraite pour vous permettre d'aborder une nouvelle vie sereine et épanouie
- ▶ Mettre en place un accompagnement renforcé et personnalisé

### Déroulement de ce programme 100% digital :

1 entretien individuel

permettant de faire le point

6 ateliers d'1h30

autour des thématiques suivantes :

- ▶ Quels rôles avait mon travail ?
- ▶ Vers quel type d'engagement je peux me tourner ?
- ▶ Valeurs et compétences au centre de mon projet de vie
- ▶ Retraite et vie personnelle : suis-je à l'aise avec mon statut de retraité ?
- ▶ Équilibre de vie à la retraite : un mode de vie sain et une retraite active
- ▶ Construction de mon nouveau projet vie à la retraite

**Pour en savoir + et vous inscrire :**  
<https://jubiliz.fr/ma-retraite-sereine/>