

Bulletin d'inscription

M. Mme

Nom :

Prénom :

**S'inscrit à la journée
du 6 juin 2017**

Adresse :

.....

.....

Tél. :

e-mail :

.....

**Participation aux frais : 15,00 €
(Repas compris)**

**Bulletin à retourner avant le 27 mai
2017 accompagné de votre règlement
par chèque à l'ordre du MCR 88.**

**Vous êtes
intéressé(e)**

Rendez-vous

6 juin 2017

de 9 h 00 à 16 h 30

SALLE DES GRANDS JARDINS

10 rue du Grand Jardin
88200 REMIREMONT

**PARTICIPATION
+ REPAS
15 €**

*Parking dépendant
de la salle après
l'école St-Romarc*

Repas servi sur place pour un moment convivial

Contact

M. Jean-Claude MANGEL

18 rue des Provinces
88200 Saint-Nabord

Tél. : 03 29 62 34 84

isabelle.mangel@wanadoo.fr

Heureux ?

Enjeux ?

Liberté ?

Projets ?

Inquiet ?

**vivre^{ma}
RETRAITE**

**Une réflexion proposée par
le Mouvement Chrétien des Retraités**

www.mcr.asso.fr



Un temps nouveau pour une nouvelle vie

Programme

9 h 00

ACCUEIL & PRÉSENTATION

Le passage à la retraite

- une nouvelle étape de vie
- un nouvel équilibre à trouver
- mon emploi du temps est bouleversé

Représentations de la retraite

- qu'évoque pour moi la retraite ?
- quelles émotions la retraite suscite en moi ?

12 h 30

Pause-déjeuner

14 h 00

Connaissance de soi, confiance en soi

- j'ai sans doute des limites, mais quelles sont mes ressources et mes forces ?

Développer ses ressources

- Comment valoriser mes atouts et s'inscrire dans un nouveau projet de vie ?

Journée animée par Mme Sandra ROUGRAFF (psychologue)

Partages d'expérience - Supports vidéo



Bulletin d'inscription à découper et à retourner
avant le 27 mai 2017
à

M. Jean-Claude MANGEL
18 rue des Provinces
88200 Saint-Nabord