

• Prévention



Bien vivre sa retraite, ça se prépare !

LA 19^{ÈME} SESSION DE CE STAGE S'EST DÉROULÉE DU DIMANCHE 25 SEPTEMBRE AU VENDREDI 30 SEPTEMBRE 2016.

2016 fut un bon « millésime » puisque le stage était complet : encadré par Jean-Marc Rouchi, le président de la Commission « Prévention » de la Mutuelle des Douanes, les participants ont bénéficié durant ces quatre journées, d'intervenants de qualité, de véritables professionnels qui leur ont prodigué enseignements et conseils pour passer en douceur « de la vie active à la retraite ».

Médecin gériatologue, psychologue, éducatrice sportive, et spécialiste de la transmission du patrimoine leur ont apporté les clés nécessaires au « bien vieillir », afin que ces futurs retraités puissent trouver le bon équilibre entre vie personnelle, vie familiale et vie sociale.

« Excursions, animations et détente » étaient également inscrites au programme de ce stage, faisant de la convivialité douanière une incontournable de la tradition de ce stage. ■

A vos agendas !

Le stage « retraite et santé 2017 » est d'ores et déjà programmé au domaine de la Sauldre : il se déroulera du **dimanche 10 septembre (soir) au vendredi 15 septembre (matin) 2017.**

Pour tout renseignement et/ou inscription, contactez **Jean-Marc ROUCHI** par mail à cette adresse : jean-marc.rouchi@mutuelledes-douanes.fr

Possibilité de payer par Chèques Vacances. En cas de paiement par chèque bancaire, libellé l'ordre à « Mutuelle des Douanes ATLAS ».

BULLETIN D'INSCRIPTION AU STAGE RETRAITE ET SANTE 2017

Coupon-réponse à compléter et à retourner à

Jean-Marc Rouchi – Mutuelle des Douanes – BP 90050 USSAC - 19318 BRIVE LA GAILLARDE

Participant(e) au stage - Tarif : 280 €/personne

Nom _____ Prénom _____

Date de naissance : | | | | | | | | | |

Tél. _____ E-mail : _____

Accompagnant(e) - Tarif : 330 €/personne

Nom _____ Prénom _____

Accompagnant souhaitant participer au stage : oui non