

Publié le 19/08/2024

Informations sur les ateliers du Prif (Prévention retraite Île-de-France), destinés aux personnes âgées de 60 ans et plus, dont 3F est partenaire

3F partenaire d'une retraite active et en pleine forme

La retraite, c'est une nouvelle étape de la vie : pour vous aider à la vivre pleinement au quotidien, les organismes d'assurance retraite ont mis en place les ateliers Prévention Retraite Île-de-France (Prif). 3F, partenaire du Prif, vous invite à découvrir le programme des ateliers thématiques et des conférences près de chez vous !

Vous êtes retraité et vous vous intéressez aux sujets liés à la santé et au bien-être: entretenir sa mémoire, pratiquer une activité physique adaptée, rendre son logement confortable, manger en alliant plaisir et forme, apprivoiser internet ...

Vous vous questionnez aussi sur la manière de vivre votre retraite en toute sérénité : comment aborder le passage à la retraite ? Comment rester longtemps en bonne santé ? Comment

rencontrer de nouvelles personnes?

Le Prif (Prévention retraite Île-de-France) vous invite à sa visioconférence "Bien vieillir".

Durant une heure, vous **échangerez** avec des experts en prévention sur les clés du bien vieillir, et vous découvrirez les **ateliers thématiques** du parcours prévention du Prif programmés **près de chez vous**

Ces ateliers vous permettrons d'approfondir vos connaissances et réflexions sur ces sujets, et de rejoindre ainsi la communauté des 100 000 participants aux ateliers du Parcours prévention.

- •Cliquez ici pour consulter le calendrier des visioconférences Parcours 60+IDF et vous inscrire
- •Où et quand ? Cliquez ici pour une inscription en ligne à partir de la carte des ateliers sur le site du Prif

ou

téléchargez le fichier complet (juillet à décembre 2024)