



Colloque

Mercredi 16 octobre 2019

Priorité Prévention

L'affaire de toutes les politiques publiques

Jocelyn BOUVIER
Coordonnatrice Régionale de l'Association
Interrégimes des caisses de retraite de base

ASEPT PACA

un acteur régional de la Santé Publique

- Identité visuelle pour l'offre commune inter-régimes



Les caisses de retraite et leurs partenaires s'engagent



- Offre de prévention de la perte d'autonomie pour répondre aux enjeux du vieillissement sur les territoires
- Mission d'accompagnement du retraité dans le maintien du lien social et la préservation de son capital santé

- Financement :



Avec le soutien de la
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie



Conférences des financeurs

ASEPT PACA

Les chiffres 2018 en PACA

- Environ **51 000** nouveaux retraités enregistrés en PACA
- 264 réunions d'information retraite – 6 000 participants – 3 600 assurés rencontrés sur les foires de Marseille et Nice
- Les nouveaux retraités préparent leur retraite à **53ans** en moyenne

- 506 actions collectives de prévention de la perte d'autonomie réalisées par l'Asept Paca en direction de 8 515 seniors participants

ASEPT PACA

Atelier Bienvenue à la retraite

ATELIER

Bienvenue à la retraite



Cap sur ma retraite !



L'Asept Paca organise des ateliers gratuits,
ouverts aux jeunes de + de 60 ans



ASEPT PACA

Atelier *Bienvenue à la retraite*

1 **Approche psychosociale de la retraite**

**Appréhender les changements liés au passage à la retraite –*

**Quel statut et quelle identité dans le nouvel environnement social -*

2 **Prendre soin de sa santé**

**Identifier les comportements favorables : soin dentaire, nutrition, act. Phys.*

**Evaluer ses envies, ses besoins et ses capacités d'action*

3 **L'importance accrue du lien social**

**Elargir et renforcer le cercle relationnel, les liens familiaux et sociaux*

**Donner un sens à sa retraite : s'engager dans un projet personnel et/ou collectif*

4 **Bien vivre chez soi – Chez moi j'y suis j'y reste**

**Conseils pour un logement sans risque – Postures favorables à l'équilibre*



ET MAINTENANT ?

QUE VAIS-JE FAIRE DE TOUT CE TEMPS ?

