



SENIORS

RE-TRAITER MA VIE

La retraite, une étape de vie !

Sur 6 jeudis

De novembre 2023 à avril 2024

Fondacio
Tiers-lieu de l'Esvière
2 rue de l'Esvière
49100 Angers



Je vis le passage à la retraite ou je m'y prépare :

Quelle orientation ?

Quel sens donner aux années qui viennent ?

Quel élan nouveau y apporter ?

Une démarche en 6 jours, ouverte à tous ceux qui préparent leur retraite et à ceux qui ont déjà commencé à la vivre !

THÈMES ABORDÉS

- ▲ Accueillir la retraite, une nouvelle étape de vie.
- ▲ Consacrer du temps à mesurer les enjeux de la retraite et lui donner sens.
- ▲ Relire, accepter et relier mon parcours de vie.
- ▲ Prendre soin de tout mon être « Corps, Cœur, Esprit »
- ▲ Temps, espaces de vie, argent ... Un nouvel art de vivre ?
- ▲ Choisir et oser ma place de senior dans les défis du monde.
- ▲ Ma famille, mes proches, mes relations : nouvelle période.

PÉDAGOGIE

- ▲ Apports humains et spirituels avec : des intervenants, des témoignages, des chants.
- ▲ Relectures d'expérience de vie.
- ▲ Temps de réflexion personnelle et de partage en petits groupes.

Ce parcours est conçu comme un tout, c'est un chemin progressif. Aussi, les participants s'engagent à suivre l'ensemble des journées du parcours. Il est animé par une équipe de Fondacio.

INFOS ET CONTACT

- ▲ Dates **Cycle de 6 jeudis**
De 9h30 à 17h30, un jeudi par mois.
2023 : 9 novembre et 14 décembre.
2024 : 18 janvier, 15 février,
21 mars, 18 avril.
- ▲ Renseignements **Christine DEL**
06 88 96 27 87
rmv.anjou@fondacio.fr

Informations complètes et inscription en ligne
sur esviere-fondacio.fr

