



# 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 ?***

