

Cours complet pour les 60 ans et +

Disposer d'une vision d'ensemble pour mieux vivre cette nouvelle étape de vie et éviter les mauvaises surprises.

Nous vous proposons un cycle spécial de conférences pour vous préparer à la retraite. 6 soirées animées par des experts sur les questions :

- du changement et des aspects psycho-sociaux de la transition
- de la santé et nutrition
- des ressources financières
- des dispositions successorales

Contenu de la formation

	Printemps 2023	Automne 2023
<p>Ici et maintenant : prévoir le nouveau contexte</p> <p>Se positionner face au changement, aux étapes de la transition, aux gains et aux pertes. Comment fixer ses priorités. Intervenante : Mme Emilia Hennard – Conseillère sociale</p>	Lundi 8 mai	Mercredi 6 septembre
<p>Promotion de la santé</p> <p>Se questionner sur les stratégies de prévention et de maintien de la santé. Intervenante : Dre Agnès Pardon – Médecin</p>	Lundi 15 mai	Mercredi 13 septembre
<p>La santé dans l'assiette</p> <p>(Re)découvrir comment bénéficier d'une alimentation où plaisir des papilles et couverture des besoins nutritionnels sont conjugués au quotidien. Intervenant : M. Manfred Ruthsatz – Expert en nutrition, pharmacien</p>	Lundi 22 mai	Mercredi 20 septembre
<p>Finances Les successions</p> <p>Préparer la transmission du patrimoine aux générations futures. Intervenant : Me Albert-Edouard Fahrni – Notaire</p>	Lundi 5 juin	Mercredi 27 septembre
<p>Finances Les ressources à la retraite</p> <p>Connaître et comprendre les revenus dont on disposera dans la vie post-professionnelle. Intervenant : M. Xavier Grandjean – Conseiller financier</p>	Lundi 12 juin	Mercredi 4 octobre
<p>Là-bas et à un autre moment</p> <p>Repenser sa vie, son temps et rester engagé(e). Découvrir de nouveaux rôles et réfléchir aux projets à venir. Intervenante : Mme Emilia Hennard – Conseillère sociale</p>	Lundi 19 juin	Mercredi 11 octobre

Déroulement

- Cycle de conférences de 6 modules de 2 heures, proposé 2 fois par an:
Cycle du printemps à Vevey, Salle du Panorama, rue du Clos 9
Cycle d'automne à Clarens, Maison de Quartier, rue de Jaman 8
- Les séances ont lieu le soir de 19h00 à 21h00.

Modalités d'inscription

Les frais d'inscription ne doivent pas être un obstacle à la participation aux conférences. En cas de problème, s'adresser au secrétariat de l'Association.

Résidents de la région
ou collaborateurs d'entreprises membres:

- CHF 200.– par personne
- CHF 300.– par couple

Résidents

hors de la région:

- CHF 260.– par personne
- CHF 390.– par couple

Comment s'inscrire

- Inscription en ligne sur notre site:
www.arpr.ch



ARPR

- Pour tout renseignement:
Secrétariat de l'ARPR
Avenue Reller 14
c/o The WorkHub
1800 Vevey

info@arpr.ch
076 426 60 07

ARPR en quelques chiffres

Expérience: plus de 35 ans d'expérience dans le domaine de la formation retraite.

Des cours pour tous: différents cycles de conférences adaptés à l'âge et aux besoins des participants.

Confiance: près de 200 participants à nos formations chaque année.

Une équipe d'experts: 10 intervenants experts dans leur domaine.

Nos soutiens

Association d'intérêt public, soutenue par les communes de Blonay-St-Légier, Chardonne, Corseaux, Corsier-sur-Vevey, Jongny, Montreux, Puidoux, La Tour-de-Peilz, Veytaux, Vevey, Villeneuve.

Entreprises et partenaires: Nestlé, CCVD AVS/AI, Retraites Populaires, Hôpital Riviera-Chablais Vaud-Valais, Asante Sana, Holdigaz Prestations SA, Compagnie du Chemin de Fer Montreux-Oberland Bernois SA, APCO Technologies SA, Obrist SA, VMCV SA, Fondation Beau-Site, CGN SA, Police Cantonale Vaudoise.