

# Cours de préparation à la retraite



**Êtes-vous prêt  
pour votre retraite?**

Voici une série de cours animés par  
des professionnels en la matière  
pour vous guider à vous y préparer!

**Début de la série :**

**Mardi, 17 janvier  
2012 à 19h**

**Durée :  
8 semaines  
consécutives**

**Lieu:  
Édifice La Ruche  
279 rue Principale  
local 302**

**Coût :  
75\$/ personne pour  
8 cours  
10\$/personne /cours**

**Information  
(450) 372-3038  
[www.aqdrgranby.org](http://www.aqdrgranby.org)**

Présenté par

**AQDR**  
Granby

# Cours de préparation à la retraite

## Programmation Hiver 2012

### **À votre santé !**

#### **Mardi 17 janvier 2012 à 19h**

Besoins psychosociaux à la retraite animé par une travailleuse sociale du CSSS de Haute-Yamaska.

#### **Mardi, 24 janvier 2012 à 19h**

Besoins physiques et saine alimentation à la retraite animé par une nutritionniste.

### **Planification financière et légale**

#### **Mardi, 31 janvier 2012 à 19h**

Les sources de revenus à la retraite animé par une planificatrice financière de Desjardins.

#### **Mardi, 7 février 2012 à 19h**

Possibilité de financement animé par une conseillère de Desjardins et les changements à apporter à votre budget au moment de la retraite animé par l'ACEF Montérégie-Est.

#### **Mardi, 21 février 2012 à 19h**

Disposition civile et documents notariés animé par un notaire.

### **Comment occuper votre temps ?**

#### **Mardi, 28 février 2012 à 19h**

Épanouissement garanti animé par le Centre d'Action Bénévole de Granby et divers organismes.

#### **Mardi, 6 mars 2012 à 19h**

La réalité des retraités et le rôle d'aidant animé par Centre de Soutien au Réseau Familial.

#### **Mardi, 13 mars 2012 à 19h**

Activités sociales, culturelles et sportives animé par Vie Culturelle et Communautaire de Granby et diverses associations.