

# TROIS RÉGIMES S'ENGAGENT



Le PRIF, acteur incontournable de la prévention vise à vous accompagner tout au long de votre retraite. Le PRIF regroupe les trois principaux acteurs de la retraite.

→ L'Assurance retraite (Cnav) est le régime général de retraite des salariés français. Il couvre près de 73% des actifs, 13,23 millions de retraités dont plus 2,74 millions de retraités en Île-de-France.

→ La Mutualité sociale agricole (MSA) est le deuxième régime de protection sociale en France. Elle couvre l'ensemble de la population agricole et des ayants droit et compte plus de 4 millions de retraités en métropole dont 205 000 en Île-de-France.

→ Le Régime social des indépendants (RSI) est le régime de sécurité sociale obligatoire des indépendants, artisans, commerçants et professions libérales, soit plus de 4 millions d'assurés et d'ayants droit dont 247 000 répartis sur trois caisses en Île-de-France.

## À QUI ÇA S'ADRESSE ?

Les ateliers Bien chez soi s'adressent à toute personne retraitée en Île-de-France, quel que soit son régime de protection sociale.

## QUI LES ORGANISE ?

Le PRIF organise ces ateliers en partenariat avec des associations spécialisées.

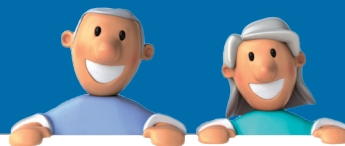
## COMBIEN ÇA COÛTE ?

Les activités proposées sont financées et organisées par le PRIF et les acteurs locaux. Une modeste participation peut vous être demandée.

## QUI CONTACTER ?

Pour tout renseignement n'hésitez pas à contacter le PRIF : [contact.prif@prif.fr](mailto:contact.prif@prif.fr) - Tél. : 01 57 21 37 47

Plus  
d'infos sur  
[www.prif.fr](http://www.prif.fr)



Conception réalisation PARIMAGE - Rédaction PCA - 10046

 atelier  
**Bien chez soi**

# Les clés d'un logement confortable



LE PRIF, PARTENAIRE DES JEUNES DE PLUS DE 60 ANS



## AVEC LE PRIF, FACILITEZ-VOUS LA VIE

→ Pourquoi améliorer son habitat ? Comment le rendre confortable ? Votre habitat reflète les différentes étapes de votre vie. La retraite est une de ces étapes.

Rendre son habitat facile à vivre au quotidien sans le modifier considérablement ni bouleverser ses habitudes n'est pas impossible ni compliqué. L'objet des ateliers Bien chez soi est d'apporter des conseils pratiques, afin d'aménager son habitat pour y vivre le plus confortablement en répondant à ses nouveaux besoins.

“ Les échanges avec le groupe m'ont donné plein d'idées. ”

“ Ces ateliers m'ont permis de repenser ma salle de bains de manière plus confortable. ”

“ Grâce à ces ateliers, je consomme beaucoup moins d'eau chez moi. ”

## ATELIERS DU BIEN CHEZ SOI, GAGNEZ EN SÉRÉNITÉ !

→ Grâce aux ateliers Bien chez soi, vous aurez toutes les informations et conseils qui vous permettront d'améliorer votre habitat au quotidien, en le rendant plus confortable, pratique et économe.

### Les ateliers Bien chez soi, ce sont 5 rencontres réunissant 15 personnes :

- D'une durée d'environ 3 heures, ces rencontres sont animées par un professionnel expert de l'habitat.
- Elles abordent différentes thématiques : les économies d'énergie, les conseils et astuces pour aménager les pièces de votre logement, les accessoires innovants qui peuvent vous faciliter la vie au quotidien, les acteurs du secteur qui peuvent vous aider à concevoir et financer votre projet d'aménagement, etc.
- Ces rencontres sont interactives et ludiques. Au programme, des échanges où chacun peut apporter son expérience, des mises en situation, la découverte et l'essai de matériel, etc.

L'objectif est de répondre à toutes les questions que vous vous posez et de gagner en sérénité.

## VARIEZ LES PLAISIRS AVEC LE PRIF

→ Le PRIF vous propose une série d'ateliers consacrés chacun à un aspect du bien vivre à tout âge. Autant d'occasions d'aborder, de manière conviviale, les questions que vous vous posez sur la santé, l'activité physique, l'alimentation, l'aménagement du logement, la mémoire, le sommeil, la marche, etc.

Ces ateliers sont des moments d'échange et de partage autour d'un professionnel qualifié. Ils vous apporteront des informations précises et des conseils personnalisés pour améliorer votre bien-être au quotidien et prendre confiance en vous.

