

# L'Agirc-Arrco, ce n'est pas que la retraite !

C'est aussi une action sociale  
qui accompagne 2 millions  
de personnes chaque année.

Vous aidez l'un de vos proches  
et avez besoin de souffler ?  
Vous recherchez des solutions  
pour rester vivre à votre domicile  
ou souhaitez vous installer en maison  
de retraite ?

L'action sociale Agirc-Arrco vous  
propose un ensemble de réponses  
adaptées à vos besoins.

Plus d'informations sur [www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr),  
rubrique Action sociale.



BORDEAUX	05 57 21 29 31	<a href="mailto:accueil@cpbvaabordeaux.fr">accueil@cpbvaabordeaux.fr</a>
CLERMONT-FERRAND	04 73 27 87 10	<a href="mailto:contact@cpbvaaclermont.fr">contact@cpbvaaclermont.fr</a>
GRENOBLE	04 76 03 24 95	<a href="mailto:accueil@cpbvaagrenoble.fr">accueil@cpbvaagrenoble.fr</a>
LILLE	03 20 95 70 70	<a href="mailto:contact@cpbvaalille.fr">contact@cpbvaalille.fr</a>
LYON et BOURG-LES-VALENCE	04 72 72 04 04	<a href="mailto:accueil.lyon@cpbvaalyon.fr">accueil.lyon@cpbvaalyon.fr</a>
MARSEILLE et NICE	04 96 13 03 50	<a href="mailto:accueil.marseille@cpbvaapaca.org">accueil.marseille@cpbvaapaca.org</a>
MONTPELLIER	04 99 51 24 02	<a href="mailto:accueil@cpbvaamontpellier.fr">accueil@cpbvaamontpellier.fr</a>
NANTES	02 44 76 24 00	<a href="mailto:accueil@cpbvaanantes.fr">accueil@cpbvaanantes.fr</a>
PARIS (10 <sup>ème</sup> )	01 42 27 01 13	<a href="mailto:accueil@cpbvaaparis.fr">accueil@cpbvaaparis.fr</a>
PARIS (13 <sup>ème</sup> )	01 43 36 27 27	<a href="mailto:accueil@cpbvaaparis.fr">accueil@cpbvaaparis.fr</a>
RENNES	02 99 92 25 25	<a href="mailto:contact@cpbvaarennes.fr">contact@cpbvaarennes.fr</a>
ROUEN et CAEN	02 32 81 59 30	<a href="mailto:accueil@cpbvaarouen.fr">accueil@cpbvaarouen.fr</a>
STRASBOURG	03 88 35 27 76	<a href="mailto:accueil@cpbvaastrasbourg.fr">accueil@cpbvaastrasbourg.fr</a>
TOULOUSE	05 61 63 05 21	<a href="mailto:accueil@cpbvaatoulouse.fr">accueil@cpbvaatoulouse.fr</a>
TROYES	03 25 75 88 00	<a href="mailto:accueil@cpbvaatroyes.fr">accueil@cpbvaatroyes.fr</a>

[www.centreprevention.com](http://www.centreprevention.com)

UNE ACTION SOCIALE  
● RETRAITE COMPLEMENTAIRE  
**agirc-arrco**

Avec l'Agirc-Arrco, les groupes de protection sociale agissent pour une action sociale et solidaire :  
AG2R LA MONDIALE • ALLIANCE PROFESSIONNELLE RETRAITE (AGRICA • AUDIENS • B2V • IRP AUTO •  
LOURMEL • PRO BTP) • APICIL • IRCM • KLESIA • MALAKOFF HUMANIS

Janvier 2020 - Illustrations Cécile Lisbonis



## DÈS 50 ANS !

### CENTRES DE PRÉVENTION BIEN VIEILLIR AGIRC-ARRCO



UNE ACTION SOCIALE  
● RETRAITE COMPLEMENTAIRE  
**agirc-arrco**



Pour profiter pleinement de votre avancée en âge, les centres de prévention Agirc-Arrco vous donnent les clés du bien vieillir. Prendre soin de soi, bouger, manger sainement, échanger, partager, se cultiver, bien dormir... Autant de solutions pour rester en forme et vous sentir bien dans votre tête, bien dans votre corps !



## À qui s'adressent les centres de prévention Bien vieillir ?

À tout ressortissant Agirc-Arrco de 50 ans et plus, actif comme retraité, ainsi qu'à leur conjoint.



## Comment ça marche ?

- Prenez rendez-vous auprès du centre le plus proche (coordonnées au dos de ce document).
- Accompagné.e par le médecin et le psychologue du centre de prévention, vous établissez un bilan complet de votre situation d'un point de vue médical (traitements, vaccination, facteurs de risque, mode de vie...) mais aussi psychologique (moral, vécu affectif, projets, etc.) et social (habitudes de vie, logement, réseaux relationnels).
- À partir de ce bilan et des fragilités éventuellement détectées, des conseils personnalisés vous sont prodigués. Un parcours de prévention peut également vous être proposé : conférences thématiques, tables rondes, ateliers (mémoire, sommeil, alimentation, activités physiques...).



## Combien ça coûte ?

Le coût des bilans de prévention, conférences et tables rondes est intégralement pris en charge par votre caisse de retraite Agirc-Arrco.

Si vous souhaitez assister à un atelier, une participation financière peut vous être demandée. Renseignez-vous auprès de votre centre.



## Où trouver un centre de prévention ?

Les centres de prévention Agirc-Arrco sont présents dans 17 villes de France. Des bilans sont également réalisés dans plus de 250 sites situés dans 70 départements.

Pour plus d'informations, contactez le centre le plus proche de votre domicile.

