

# Deux stands, deux offres de service : l'Assurance Retraite Bretagne et Cap retraite Bretagne

**Comment obtenir mon relevé de carrière ? A quel âge vais-je partir à la retraite ? Combien vais-je percevoir ? Comment demander ma retraite en ligne ?** La Carsat Bretagne propose aux visiteurs de répondre à toutes ces questions en présentant les services en ligne de [lassuranceretraite.fr](http://lassuranceretraite.fr). Un moyen simple, rapide et gratuit pour s'informer et se préparer à la vie à la retraite. Les visiteurs repartiront avec les réponses à toutes leurs questions grâce aux conseils d'experts et aux conférences qui sont également proposées

**Comment bien vivre ma retraite ? Quelle alimentation dois-je privilégier ? Comment entretenir ma mémoire ?** L'Association Cap Retraite Bretagne pilotée par les caisses de retraite œuvre pour le « Bien vieillir ». A l'occasion du forum, elle présente ses 8 programmes d'actions collectives pour prévenir la perte d'autonomie et accompagner les retraités les plus fragiles :

- Bienvenue à la retraite
- Bien vivre sa retraite
- La prévention des chutes
- L'activité cognitive et la mémoire
- L'Activité physique adaptée
- L'alimentation, Nutrition
- L'habitat
- Le soutien des aidants familiaux.

Les visiteurs peuvent se pré-inscrire pour les ateliers proposés par l'association sur 2018.

## Les principales missions de la Caisse d'assurance retraite et de santé au travail (Carsat) Bretagne

La Carsat Bretagne assure trois grandes missions.

La préparation et le paiement de la retraite :

La Carsat gère le compte retraite des salariés tout au long de leur vie professionnelle. Elle calcule le montant des retraites et en assure le versement. Plus de 600 000 retraités bretons sont concernés.

La Carsat au service des retraités et des personnes fragilisées :

La Carsat Bretagne favorise l'accès aux soins des personnes en situation de précarité, contribue à la lutte contre l'exclusion et au maintien à domicile des seniors.

La prévention et la tarification des risques professionnels :

La Carsat Bretagne gère le taux de cotisations des accidents du travail et maladie professionnelles. Elle œuvre auprès des entreprises pour prévenir les risques professionnels et engager les entreprises dans la prévention.