

Actualité clé en main Agirc-Arrco

Brève fournie par l'Agirc-Arrco pour vous permettre de relayer de l'information utile et d'actualité auprès de vos publics pour préparer sereinement leur retraite. Retrouvez sur notre espace presse plusieurs visuels libres de droits pour l'illustrer : [visuels à télécharger - Agirc-Arrco](#)

Envie de bouger cet été et de partager de bons moments ?

À la retraite, on peut parfois s'ennuyer pendant la période estivale : les proches partent en vacances, les activités associatives s'arrêtent, les commerces et services tournent au ralenti... C'est pourquoi cet été, l'Agirc-Arrco, l'Assurance retraite, la MSA et la CNRACL vous invitent à des **séances de marche** **collectives et gratuites**. Ici, pas de performance : l'objectif est avant tout de **partager avec d'autres personnes le plaisir de bouger, de redécouvrir votre ville** et de **préserver votre forme** dans une ambiance chaleureuse. Encadrées par des enseignants spécialisés en activité physique adaptée, ces marches se dérouleront **entre le 29 juin et le 21 août** à [Bourg-en-Bresse \(01\)](#), [Varennes-sur-Allier \(03\)](#) et [Givors \(69\)](#), **[ville(s)]** ainsi que dans une vingtaine d'autres villes en France.

Elles sont **accessibles à tous** **les retraités**, quel que soit votre niveau. Elles s'inscrivent dans l'opération « **Voilà l'été, si on bougeait ?** », lancée en 2022 par l'Agirc-Arrco, en partenariat avec Été indien, entreprise sociale agréée par l'État. Pour connaître le **calendrier précis des marches**, vous inscrire, découvrir les bienfaits de l'activité physique ou, tout simplement, en savoir plus, participez le **16 juin à 10h** à une **webconférence conviviale avec Alain Bernard**, nageur multimédaillé et parrain de l'édition 2026. Si vous n'êtes pas à l'aise avec le numérique, la webconférence sera diffusée en direct dans les 24 villes participantes. Pour connaître le lieu précis, contactez Été indien par téléphone au 03 10 93 08 58.

[S'inscrire à la conférence](#)

[S'inscrire directement à une marche](#)

Villes où se déroulera l'opération en 2026 (différentes chaque année) :

Auvergne-Rhône-Alpes : Bourg-en-Bresse (01), Varennes-sur-Allier (03) et Givors (69)

Bretagne : Josselin (56)

Bourgogne-Franche-Comté : Autun (71)

Centre-Val de Loire : Vierzon (18) et Gien (45)

Grand Est : Troyes (10) et Haguenau (67)

Hauts-de-France : Amiens (80)

Pays de la Loire : Château-Gontier-sur-Mayenne (53)

Normandie : Bihorel (76)

Nouvelle-Aquitaine : Langon (33), Agen (47), Bressuire (79) et Limoges (87)

Occitanie : Carcassonne (11), Fronton (31), Toulouse (31), Béziers (34) et Albi (81)

Provence-Alpes-Côte d'Azur : Le Tholonet (13)

Ile-de-France : Rambouillet (78) et Fontenay-aux-Roses (92)