



Préparer sa retraite

Cette formation vous permettra de mieux vous préparer à votre retraite.

Modalité d'accès: 3 semaines après la signature de la convention

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des apprenants

- Tout public

Prérequis

- Aucun

Accessibilité et délais d'accès

Si vous êtes porteur d'un handicap merci de bien vouloir contacter isabelle Maleplate référente handicap au 0678380495 afin de pouvoir échanger sur l'adaptation de votre parcours de formation

3 semaines

Qualité et indicateurs de résultats

Pour la période 2023/2024:

Taux de satisfaction des apprenants 8.7/10

Taux d'atteintes des objectifs : 8.9/10

Objectifs pédagogiques

- A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de : Planifier la transition entre travail et une retraite sereine
- Acquérir les connaissances nécessaires pour favoriser une retraite réussie

Contenu de la formation

- Optimiser ses futures pensions
 - Comprendre et maîtriser les mécanismes de calcul des retraites : • Le retro Planning de la retraite • Mesurer les éléments du départ (âge légal, décote, surcote, durée d'assurance)
- Faire liquider ses droits retraite :
 - Sur un plan administratif : gérer les relations avec les organismes concernés
 - Sur un plan fiscal : prévoir l'imposition des indemnités de départ en retraite
 - Appréhender les conditions du cumul emploi retraite
 - Comprendre le mécanisme de la réversion
- Tirer des revenus complémentaires de ses placements
 - Tirer des revenus complémentaires de ses placements
 - Connaître les différentes fonctions de l'assurance vie
 - Utiliser les placements retraite individuels et/ou d'entreprise
- Se préparer à la retraite
 - Comment aborder la rupture avec l'activité professionnelle ?
 - Identifier les changements liés au passage à la retraite
 - Se donner des perspectives à court, moyen et long terme



- S'adapter au nouvel espace-temps de la retraite
 - Aménager son nouveau rythme de vie,
 - Faire face à un nouveau contexte et de nouveaux besoins.
 - Connaître les écueils à éviter...
- Elaborer des projets pour la retraite
 - Quel type de projet et pour quelle finalité ?
 - Comment choisir, en fonction de quels critères ?
- Organiser sa nouvelle vie relationnelle
 - Développer des relations sociales et familiales harmonieuses
 - Redéfinir une nouvelle place, de nouveaux rôles
- Construire une nouvelle image de soi
 - Au-delà de l'identité professionnelle, comment puis-je évoluer ?
 - Être connu et reconnu à la retraite ?
- Préserver son capital santé
 - Des règles pour rester en forme
 - Equilibrer activités physiques et intellectuelles

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

La formation sera assurée par une experte en organisation du travail, développement des ressources humaines

Moyens pédagogiques et techniques

- Questions orales ou écrites (QCM...) Des mises en situation Jeux de rôle La formatrice évaluera les acquis en utilisant des exercices pratiques à la fin de chaque séquence pédagogique

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Evaluation des acquis par des exercices de mise en situation

Tarif inter-entreprise par personne HT : 1000.00 €

Tarif intra : nous consulter

Date de création 2 octobre 2024

Date de mise à jour 02/10/2024