

Public :

Tout personnel qui souhaite prendre sa retraite dans l'année qui suit, préparer et construire un projet personnel

Pré-requis :

Aucun

Durée :

2 jours (14 heures)

Tarif :

Inter/Intra : Sur devis

Validation :

Attestation de formation

Type d'action de formation :

Développement des compétences

PREPARER SA RETRAITE

LES OBJECTIFS

- Préparer sereinement le passage de la vie active à la retraite
- Identifier les changements liés à la retraite
- Concevoir sa retraite comme un nouveau départ et mettre en perspective un projet de vie durant ce nouveau temps libre
- Favoriser la transmission des savoirs et savoir-faire dans l'entreprise
- Vivre sa retraite pleinement et positivement avec un projet de retraite

LE PROGRAMME

Se préparer au changement

- Clarifier ses attentes, ses interrogations, ses appréhensions et ses ambivalences concernant la retraite
- Confronter ou réajuster ses croyances par rapport à la retraite et au travail
- Identifier les changements liés à la retraite : statut, identité, finances, relations, rythme, activités, vieillesse, santé
- Se situer dès aujourd'hui vis-à-vis de ces changements proches pour mieux s'y préparer
- Comment quitter des années d'habitudes, de devoirs, de contraintes, de stress
- Identifier les étapes à franchir pour se libérer du passé, de sa carrière professionnelle et de sa vie professionnelle pour préparer une retraite sereine

Mettre en perspective un nouveau projet de vie

- Aborder sereinement le passage de l'activité professionnelle vers la retraite : Se reconnecter à ses besoins et ses valeurs fondamentaux
- Repérer les désirs et souhaits restés en jachère
- Entrer dans une vision élargie et globale de l'existence
- Développer la conviction de pouvoir réaliser un « maintenant possible » pour-soi
- Bâtir un nouveau projet de vie créatif : Faire le point sur ses envies, ses besoins et ses motivations
- Faire le point sur ce qui va orienter ses choix et ses décisions d'action

- Se préparer à assumer de nouveaux rôles dans un nouvel environnement familial et social

Transmettre son savoir et son savoir-faire dans l'entreprise

- Identifier l'essentiel à transmettre de sa connaissance du métier et du terrain et des valeurs de la profession : savoirs, expériences et savoirs-faire

Identifier la part de l'utile, de l'essentiel et de l'indispensable à transmettre dans l'entreprise

- Mettre en place des procédures pour réussir la transmission
- Communiquer avec les autres générations présentes dans l'entreprise : clarifier ses représentations et ses rapports avec les «jeunes générations», repérer les codes propres à chaque génération, comprendre les besoins et les attentes spécifiques de la génération suivante
- Valoriser son savoir aux yeux des plus jeunes afin de leur donner envie de s'intéresser

A noter que nous n'aborderons pas de façon technique, tous les thèmes qui touchent aux droits à la retraite (nombre de trimestres à valider, rachat de trimestre, pension de retraite, assurance retraite, régimes complémentaires, problèmes avec caisse de retraite, capitalisation, dispositifs pour la retraite anticipée, gestion du patrimoine, etc...).

LES MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

- Une approche pédagogique, participative, ludique et interactive
- La formation est animée par un intervenant expert sur le sujet
- Salle de cours équipée
- Vidéo projecteur, PC, connexion Internet

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Une évaluation systématique en fin de stage
- Un bilan des mises en œuvre et objectifs de progrès en début de toute session de reprise de formation
- Une Attestation de Formation en fin de stage validant l'atteinte des objectifs pédagogiques

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Nous pouvons adapter certaines de nos modalités de formation, pour cela, nous étudierons ensemble vos besoins. Pour toutes questions, merci de contacter M. Driouch au 0754374621