



Bien préparer sa retraite



SUPER
FORMATION **S**.com

Titre du stage	Bien préparer sa retraite
Contexte d'évolution	<p>Si vous doutez encore de l'importance de préparer sa retraite, voici une liste qui rend compte de l'ampleur de l'impact psychologique de la retraite :</p> <ul style="list-style-type: none"> • le fort impact sur l'identité • la réduction de liens sociaux avec les anciens collègues • la perte d'un statut social • la gestion du deuil à propos de sa fin de carrière • le changement au sein du couple • la difficulté à retrouver un rôle au sein de la société • la préoccupation de comment gérer le temps à sa disposition jour après jour • la quête de sens quant à sa nouvelle vie à la retraite • la remise en question de ses choix professionnels et personnels <p>C'est pour tous ces points que bien préparer sa retraite, est essentiel.</p>
Objectifs de formation	<p>Être capable de :</p> <ul style="list-style-type: none"> - aborder en profondeur tous les aspects du départ en retraite - comprendre les conséquences pratiques et fiscales de sa retraite - réfléchir à une future gestion du temps et à l'optimisation de son potentiel - anticiper la prévention du vieillissement - poser les bases d'un nouveau projet de vie
Contenu pédagogique	<p>Optimiser ses futures pensions</p> <p>Comprendre et maîtriser les mécanismes de calcul des retraites : . différencier régimes de base et complémentaires, mesurer les éléments du départ (âge légal, décote, surcote, durée d'assurance), connaître les dispositifs de retraite anticipée et appréhender l'intérêt d'une retraite progressive selon les nouvelles dispositions légales.</p> <p>Faire liquider ses droits retraite :</p> <p>Sur un plan administratif : gérer les relations avec les divers organismes concernés.</p> <p>Sur un plan fiscal : prévoir l'imposition des indemnités de départ en retraite.</p> <p>Appréhender les conditions du cumul emploi retraite.</p> <p>Comprendre le mécanisme de la réversion : les montants et conditions pour percevoir une pension de réversion</p>

Tirer des revenus complémentaires de ses placements

Connaitre les différentes fonctions de l'assurance vie

Utiliser les placements retraite individuels et/ou d'entreprise

Connaitre pour l'optimiser la fiscalité de ces différents produits

Comprendre la transmission de patrimoine à ses héritiers

Connaitre les règles usuelles de la dévolution successorale

Mesurer l'importance des droits de succession

- exemples pratiques sur la donation-partage.

Bien vivre ce changement

Prendre de nouveaux repères

Faire ses propres choix

Trouver un nouvel équilibre personnel, dans le couple

Répertorier ses envies, goûts, centres d'intérêts, sources de plaisir et d'épanouissement

Identifier ses croyances et leur influence sur le vécu de la retraite

Entretenir son capital santé et découvrir de nouveaux potentiels

Découvrir ses potentiels inexplorés

Entretenir la mémoire

Hygiène et équilibre de vie

Equilibre alimentaire

Cultiver une pensée positive et mieux se connaître.

Elaborer son nouveau projet de vie

Le nouveau rapport au temps et la recherche de son rythme propre

Activités, loisirs, bénévolats, nouvel environnement, nouvelles relations familiales et sociales

Bâtir un nouveau projet de vie et se préparer à assumer de nouveaux rôles.

Méthodes

Mise en pratique de la méthode de « l'intelligence collective » pour

pédagogiques	<p>compléter et enrichir les projets de vie des différents participants</p> <p>A partir des échanges d'expériences et de questionnements rapportés par les participants, une réflexion collective s'instaure.</p> <p>Des apports théoriques nourrissent cette réflexion collective.</p> <p>Exercices, mise en situation favorisant à la fois la compréhension des situations, des difficultés rencontrées et l'intégration de nouveaux savoir-faire.</p>
Modalités d'évaluation	Questions – réponses – Partage en groupes – QCM.
Les +	<p>Les stimulations et les découvertes de ces journées permettront aux participants de prendre confiance pour bien préparer leur retraite.</p> <p>Les journées seront construites et animées en tenant compte des expériences concrètes des participants, de leurs questionnements et des suggestions évoquées et des décisions pouvant être prises sur place d'un commun accord.</p>
Public ciblé	Salarié ou agents en départ de retraite ou professionnels concernées par la nouvelle gestion des retraites.
Prérequis	Etre concerné de près ou de loin par la retraite et vouloir comprendre le fonctionnement d'un tel système et comment s'y préparer.
Spécificités	<p>Un test de personnalité orientée « Diagnostic de ma préparation à la retraite » est proposé à chaque participant et partagé en groupe pour ceux qui le souhaitent.</p> <p>Un livret pédagogique sera remis à chaque stagiaire sur le thème traité. Le déroulement pédagogique étant bien horodaté, le formateur se réserve le droit de l'adapter au dernier moment, selon les besoins qu'il percevra durant la formation, et cela dans le but d'augmenter la congruence de la formation avec les besoins des stagiaires. Il sera tenu compte d'une adaptation des débuts et fin des horaires de la formation pour s'adapter au rythme choisi en commun.</p>
Durée	2 journées de formation, la dernière demi-journée pourrait se vivre comme une journée d'évaluation spéciale centrée sur l'assimilation des nouvelles connaissances et la projection de sa vie future de retraité.
Dates	Selon votre convenance.
Prix	1250 euros
Lieu	Salle équipée ou autre lieu à définir.

Intervenant	Pierre Bagnoly – Formateur intervenant spécialisé dans l'accompagnement des équipes depuis 2000 sur des formations en inters et en intra. Diplômes (voir CV). Master 2 en Gestion des Entreprises publiques – Master 2 en Sciences Humaines. Diplôme Universitaire de formateur. 13 000 professionnels formés dans le cadre de la formation continue.
Référence du stage	Bien préparer sa retraite - SF – DIV RETR 1.
Contact ©	Pierre Bagnoly 06 62 26 66 67 – contact@bagnoly.com - www.bagnoly.com