Préparer sereinement sa retraite

Gestion des ressources humaines -

CCI FORMATION
CCI GRENOBLE

En résumé

Cette formation est un moment de réflexion, d'échanges et d'informations pour permettre de vivre positivement cette nouvelle étape de vie personnelle, familiale et sociale.

650 €

Net de taxe par personne

P5 RETRAITE 10-A17

2 jours soit 14 heures.

Objectifs :

Préparer une nouvelle étape de vie.
S'informer et réfléchir aux enjeux de son passage à la retraite.
Poser les jalons et initier des pistes pour élaborer des projets qui visent à trouver un nouvel équilibre entre vie personnelle, vie familiale et activités extérieures.

Dates et villes

Grenoble - 04 76 28 29 28

Sessions à venir - Nous contacter

Prérequis :

Aucun prérequis n'est exigé pour cette formation.

Participants :

Personne souhaitant préparer positivement cette transition de vie.

Effectifs :

L'effectif maximum est de 12 participants.

Intervenants :

Cette formation est animée par un consultant formateur spécialisé en développement de compétences et RH.
Tous nos formateurs répondent aux normes exigées par notre système qualité.

Le contenu

1. Mise en perspective du départ à la retraite

La retraite : une nouvelle étape de vie.
Ce qui m'inspire, ce qui me questionne.
Cesser son activité professionnelle avec le sentiment du devoir accompli.

2. Ma pension retraite

La retraite en France : données clés.
Notre système de retraite.
Les spécificités entre salariés de droit privé et salarié de droit public.
Les caisses de retraite.
Les systèmes de capitalisation individuels et collectifs.
Savoir estimer le montant de sa pension retraite.

3. Me protéger et protéger mes proches

Anticiper les changements : baisses des revenus, perte d'autonomie, décès...
Succession, héritage, donation : savoir anticiper l'optimisation de son capital financier et patrimonial.

4. Me préparer au changement

Connaître sa "courbe du changement".
Identifier son approche personnelle du changement.
Réfléchir à sa relation au temps aujourd'hui... pour demain.

5. Préparer mon "projet retraite"

Les 4 piliers de vie : être en forme, sphère familiale, vie sociale et associative, culture et activités.
Repérage de ses besoins et de ses priorités en se fondant sur ses ressources, ses motivations et ses valeurs.
Dynamique projet : réflexion personnelle et traduction de ses priorités en projets.

6. Trouver un nouvel équilibre

La retraite : un nouveau départ.

Méthodes, moyens et suivi

Méthodes pédagogiques et moyens techniques

Formation très interactive, réflexion et exercices en sous-groupes.
Apports sur les facteurs psychologiques et sociaux sous-jacents au départ à la retraite.
Chaque participant repartira avec des pistes de réflexion pour élaborer et concrétiser un projet.
Il aura élaboré un plan d'action et aura travaillé sur son bilan personnel, ses priorités, ses projets, ses objectifs.

Moyen d'appréciation de l'action

Lors de la formation, les participants sont soumis à des mises en situation, des exercices pratiques, des échanges sur leurs pratiques professionnelles permettant un contrôle continu de leur progression et du développement de connaissances et de compétences acquises conformément aux objectifs visés.

Suivi de l'action

Lors de l'exécution de la formation, une feuille de présence par séance devra être signée par le stagiaire.