Formation Bien se préparer à la retraite

TAUX DE SATISFACTION*

97 %

** chiffres 2022*

TAUX DE RECOMMANDATION*

100 %

Aborder plus efficacement et plus sereinement cette nouvelle période de la vie.

PUBLIC CONCERNÉ

Personnel souhaitant préparer son départ à la retraite, idéalement faire la formation un an avant.
(Groupe de 12 personnes maximum)

Prérequis : Aucun

OBJECTIFS

› S'approprier les informations administratives indispensables
› Préparer la transition travail / retraite
› Se projeter sereinement dans un nouveau rapport au temps, à soi et aux autres
› Partager et enrichir son approche pratique de la retraite

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

› Identification des attentes, besoins, appréhensions éventuelles en début de formation, de manière à réguler le contenu
› Mobilisation de questionnaires et d'exercices
› Proposition d'un plan d'action personnalisé
› Informations pratiques

CONTENU

› Une préparation administrative et financière :
- L'accompagnement administratif au montage du dossier
- L'âge légal de départ et les possibilités de prolongations
- Le cumul emploi-retraite et autres possibilités
- Dates envisagées et rétroplanning des démarches à effectuer
- Les prestations des comités d'entreprises et autres organismes

› Un changement radical à anticiper :
- Préparer la rupture avec le travail et les relations professionnelles
- Faire un bilan objectif de son parcours professionnel
- Pouvoir transmettre ses compétences
- Quitter sereinement son poste de travail

› Un nouveau rythme à installer :
- Les premiers mois : « comme un air de grandes vacances »
- De nouvelles habitudes à mettre en place

complémentaires

INTERVENANTS

› Responsable Pôle gestion de la vie professionnelle, CHU Clermont-Ferrand
› Consultant / Formateur en Management et Ressources Humaines

€ TARIFS

> Inter : 440€ / pers.
> Intra : 1350€ j. / gr.

- Un nouveau rapport au temps pour une période durable : du temps pour soi, pour son couple, pour sa famille, pour les autres

› Un nouveau projet de vie à construire :

- Un outil diagnostic pour prendre du recul et mieux se connaître
- Donner du sens au temps : priorités, valeurs, projets
- Entretenir son potentiel sur le plan physique, intellectuel, de la santé

✔ ÉVALUATION DES ACQUIS

⇒ **À l'issue :** bilan individuel et collectif

SATISFACTION DES PARTICIPANTS

> Durée : 2 jours

> Dates : 6 et 7 mai 2024