

PRÉPARER ET RÉUSSIR SA RETRAITE

DUREE	2 jours
DATES	7, 8 octobre 2010
LIEU	Institut régional d'administration de Nantes
INTERVENANT	Pierre MINIER, Consultant

OBJECTIFS

Se préparer psychologiquement afin de mieux aborder sa vie de retraité.
Elaborer un nouveau projet de vie.

PUBLIC : Tout agent en position de cessation définitive d'activité.

PROGRAMME

Sensibilisation aux enjeux du passage à la retraite

- état d'esprit à la veille du départ en retraite,
- la comparaison entre la vie actuelle et celle de retraité,
- analyse des représentations de cette période de la vie,
- quelles sont les clés d'une retraite réussie ?

Comprendre les différents régimes de retraite

- les principaux éléments de la réforme des retraites,
- le calcul de la pension,
- les bonifications,
- les majorations pour enfant,
- la pension de réversion.

Préserver sa santé

- comprendre le processus de vieillissement,
- savoir comment prévenir les situations de mauvais vieillissement,
- prendre des repères pour garder la forme physique et mentale,
- informer des situations à risques, pour mieux les éviter.

Gérer et transmettre son patrimoine

- comprendre les régimes matrimoniaux,
- connaître la loi de 2002 sur la protection du conjoint,
- appréhender les questions de succession,
- gérer son avenir en fonction de ses revenus.

MÉTHODE : En amont de la session, un questionnaire sera adressé à chaque participant. Intervention au cours de la session d'un représentant du bureau des pensions civiles, d'un médecin et d'un notaire. Remise d'un document synthétisant les aspects abordés. Participation active des stagiaires lors d'échanges.