

Préparation à la **Retraite**

Une formule unique de formation

Notre offre allie les aspects
techniques et financiers
aux enjeux humains fondamentaux.



Construire ensemble **la formation**

**Une formation à la carte adaptée aux objectifs
de l'entreprise et aux besoins des salariés,
soit en inter soit en intra-entreprises.**

Module 1

LA RETRAITE SOUS SON ASPECT TECHNIQUE ET FINANCIER - 2 JOURS

5 OBJECTIFS CLÉS

- Mettre en place une chronologie dans les différents actes à accomplir
- Analyser les différents postes d'un budget familial de retraité
- Organiser une stratégie pour percevoir des revenus complémentaires
- Mesurer le niveau de ses garanties prévoyance
- Appréhender la protection financière et juridique à l'égard de ses proches

PROGRAMME

COMPRENDRE LES MÉCANISMES ET ESTIMER SA RETRAITE

- La retraite par répartition
- La retraite de base
- Les retraites complémentaires
- L'Estimation Indicative Globale

DEMANDER SA RETRAITE AUPRÈS DES ORGANISMES

- La reconstitution de carrière
- Les démarches pour la retraite de base
- Les démarches pour les retraites complémentaires
- La fiscalité et les charges sociales des retraites

CHIFFRER SES BESOINS À LA RETRAITE

- Les dépenses contraintes
- Les dépenses de confort
- Le budget à la retraite

OPTIMISER LES SOLUTIONS RETRAITE PAR CAPITALISATION DÉJÀ SOUSCRITES

- Les différents placements
- Les compléments de revenu possibles
- Le capital à constituer

IDENTIFIER SES BESOINS EN GARANTIES SANTÉ ET PRÉVOYANCE

- La protection santé et prévoyance en activité
- La protection santé et prévoyance à la retraite
- La dépendance

PROTÉGER SA FAMILLE ET STRUCTURER SON PATRIMOINE

- Les droits du conjoint survivant
- Les possibilités pour avantager le conjoint
- Le régime matrimonial
- La réversion des régimes de retraite obligatoires

à qui
s'adresse cette
formation ?

*A tous les salariés proches
de la retraite.*

*Au travers d'une pédagogie active
et participative, l'objectif est
d'informer, de rassurer,
d'anticiper la fin de l'activité
professionnelle et de se
préparer à bien vivre
sa retraite.*

“ *La retraite sous son
aspect technique
et financier* ”



Après avoir exercé en banque puis en assurance, **Pierre Blanc** a fondé groupehorizons en 1991. Pour ce stage de Préparation à la Retraite, il intervient en tant que consultant/formateur dans différents secteurs de l'économie : collectivités locales, transport-logistique, produits de luxe, nucléaire civil, banque, assurance, immobilier, informatique...

Il est également le créateur de plusieurs jeux pédagogiques sur l'assurance vie, les régimes sociaux et notamment la retraite.

Il a acquis une solide expérience aussi bien dans l'animation de groupes que dans la conception de bagages de formation ou de démultiplication auprès de grands réseaux. Lors du lancement du PERP, il a développé l'ensemble des supports de formation pour un réseau commercial.

UN EXPERT POUR CHAQUE MODULE

Le stage de préparation à la retraite s'articule autour d'un **module technique** animé par **Pierre Blanc** et d'un **module gestion du changement** animé par **Christine Vignerresse**.

Chaque module peut être suivi de façon indépendante.

“ *La retraite sous son aspect gestion du changement et projet de vie* ”



Christine Vignerresse : Coach professionnel et formatrice, se consacre à l'accompagnement et au changement des personnes et des organisations. Spécialiste des situations de crise, de conflit et de mutation, elle intervient aussi sur la transmission des compétences et des savoirs ainsi que sur des thématiques RH.

Depuis 2003, Christine Vignerresse anime régulièrement des formations sur le thème de la préparation à la retraite.

Christine Vignerresse est l'auteure du livre «RETRAITE, 9 étapes pour s'y préparer et bien la vivre» publié aux éditions Gualino.



UNE FORMULE UNIQUE DE FORMATION :

Les méthodes du coaching au service de la formation de préparation à la retraite. Un apport d'outils très concrets transposables dans votre vie et un entraînement immédiat par la pratique.

L'utilisation d'outils de créativité, des travaux de groupe, de partage des idées, des ressentis et la verbalisation des projets créent une dynamique et une émulation au sein d'un groupe de futurs retraités ce qui permet ainsi de générer une réflexion individuelle plus riche et plus créative.

Module 2

LA RETRAITE SOUS SON ASPECT GESTION DU CHANGEMENT ET PROJET DE VIE - 2 JOURS

5 OBJECTIFS CLÉS

- Bien vivre ses derniers mois en entreprise
- Prendre conscience de la dimension psychologique et sociale de ce changement lié à la retraite
- Se construire de nouveaux repères
- Élaborer son projet de vie, déterminer et mettre en place de nouveaux objectifs
- Aborder sa retraite avec plus de sérénité

PROGRAMME

LA RETRAITE, UN DES GRANDS CHANGEMENTS DE LA VIE

- Identifier ses peurs, ses espoirs et ses croyances
- Identifier des changements inhérents à la retraite : rythme - statut - identité - relations - sociales - activités
- Redéfinir son territoire physique et son espace psychologique
- Une nouvelle place au sein du couple

COMMENT ORGANISER SON TEMPS LIBRE ?

- Gérer son temps
- La notion de temps et de temps libre
- Les deux extrêmes : inactivités et hyperactivité
- S'organiser : les nouvelles règles du jeu
- Définir ses différents domaines de vie
- Le temps au service de son projet de vie
- Comment anticiper

MOTIVATION ET RESSOURCES : LES BASES DU PROJET

- Déterminer ses valeurs fondamentales et ses ressources personnelles, piliers d'une nouvelle vie et base d'un projet solide
- Identifier ses centres d'intérêt, leur évolution
- S'autoriser à exprimer ses rêves et ses désirs

PROJET PERSONNEL

- Commencer à bâtir son projet à partir des éléments de réflexion sur soi et des apports théoriques
- Réflexion collective suivant les attentes et les expériences des participants : l'utilité sociale du retraité et la question du bénévolat, les nouvelles relations familiales : conjoint, enfants, petits-enfants / maintenir et développer un réseau social...
- Savoir se fixer des objectifs personnels
- Comment formaliser ce projet de vie à court, moyen et long terme

CONSTRUISONS ENSEMBLE VOTRE PARCOURS FORMATION

Coaching Evolution et **groupehorizons** associent leurs équipes et leurs expertises pour vous proposer une offre en formation, conseil et coaching.

Ressources Humaines

- **Manager coach : les outils du coaching au service du management**
- **Conduire les entretiens d'évaluation**
- **Conduire les entretiens professionnels**
- **Formation de formateurs/ de tuteurs**
- **Mieux communiquer**
- **Transmettre ses compétences**

Technique et financier

- **Optimiser les solutions déjà souscrites pour compléter sa retraite**
- **Sélectionner une complémentaire santé/prévoyance adaptée**
- **Structurer son patrimoine et ses différents placements**
- **Appréhender les déductions et les réductions d'impôt sur le revenu**
- **Comprendre l'incidence du régime matrimonial**
- **Préparer sa succession**

Nous pouvons également vous accompagner

- **Dans la mise en place ou le renouvellement de contrats collectifs**
- **Dans la mise en conformité de contrats collectifs**
- **Dans l'étude d'optimisation de rémunération**
- **Dans la construction d'un projet professionnel.**

- **Réussir un changement important : prise de poste, restructuration, mutation, accession à de nouvelles responsabilités.**
- **Surmonter des problèmes de communication, clarifier et dépasser un conflit, établir une communication assertive dans une équipe.**
- **Garantir l'efficacité et la mise en place d'une formation, notamment à la suite de formations au management, à la communication et domaines connexes.**

Vous souhaitez connaître les dates de nos prochains stages inter entreprises, nous soumettre votre projet ou nous demander un devis, vous pouvez contacter Christine Vignerresse :

Téléphone : 04 73 36 58 31

Fax : 01 70 71 96 23

Mail : cv.coach@coaching-evolution.com

Site : www.coaching-evolution.com

A l'échelle nationale, nous intervenons dans le cadre de conférences et d'ateliers pédagogiques et nous dispensons des formations spécifiques en intra entreprises.



Coaching
Evolution