EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE ET COMMUNICATION

Préparer sa retraite



Date de dernière mise à jour 29 mars 2021

Durée et organisation

Durée 2 jours

Lieu | Date

Au moins une session de formation est proposée chaque année, sur au moins l'un de nos sites en Bretagne : Brest, Bruz/Rennes, Lorient, Plérin/Saint-Brieuc, Quimper, Redon, Vitré.

Objectif de la formation

À l'issue de la formation, les stagiaires devront être capables de :

- Recenser et analyser les satisfactions et les contraintes liées à la retraite pour mieux se préparer
- Optimiser sa fin de carrière par la maîtrise des informations nécessaires et la pratique des comportements à mettre en œuvre face à ce changement

Programme

La retraite

- Son sens
- Sa préparation : pourquoi ?
- Les bases d'un projet de vie

Admission

Public

- Tous publics : salariés, demandeurs d'emploi, ...

Pré-requis d'entrée en formation

- Salariés se préparant à partir en retraite et de tout statut : cadres, employés, ouvriers.
- Maîtriser les savoirs fondamentaux.

Modalités et délais d'accès

Modalités

Inscription et signature de la convention de formation

Délais d'accès

Formation proposée pour minimum 1 session par an. Les inscriptions sont acceptées jusqu'à la semaine précédent le démarrage de la formation.

Parcours adaptés

Adaptation possible du parcours selon profil du stagiaire

Handicap

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap (moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre). En savoir +, contacter notre référent handicap : **ICI**

Coût

720 € HT

Cultiver ses relations avec les autres

- Se situer dans une nouvelle perspective
- Rechercher un nouvel équilibre
- Entretenir sa curiosité intellectuelle
- Adopter un état d'esprit positif, constructif
- Etre ouvert, à l'écoute d'autrui
- Elargir ses relations aux autres

Gérer son temps libre

- Le nouveau rapport au temps
- Utiliser les compétences acquises
- Réactiver ses goûts et ses intérêts
- Inventorier les activités, loisirs, bénévolat
- Nouvel environnement et relations
- Connaître la vie associative

Entretenir son capital santé

- Santé, hygiène, équilibre de vie
- Garder la forme physique
- Etablir une surveillance médicale
- Cultiver une pensée positive

Gérer et transmettre son patrimoine

- Testament
- Droit et fiscalité des successions
- Donations et successions
- Régimes matrimoniaux
- Droits du conjoint survivant
- Concubinage, Pacs, mariage

Indicateurs de performance

- **Satisfaction stagiaire :**



100 %

- Nombre d'apprenants formés : 562 salariés formés en Management en 2021 (17011 heures de formation)

Pour obtenir des données précises, merci de contacter notre serviceQualité.

Indicateurs mis à jour le 26/09/2022

Témoignages

Au terme de cette formation, je me sens mieux préparé pour envisager ma retraite et surtout être acteur de celle-ci. J'ai désormais un regard plus positif sur mon avenir

Modalités et moyens pédagogiques

Méthodes pédagogiques

Formation en présentiel avec alternance d'apports théoriques et de mises en situations pratiques pour ancrer les apprentissages et/ou en distanciel pour certains modules.

Moyens pédagogiques

Salles de formation équipées et plateaux techniques adaptés et aménagés d'équipements spécifiques.

Équipe pédagogique

Formateurs experts titulaires au minimum d'un BAC+2/+4 et/ou d'une expérience professionnelle d'au moins 5 ans dans le domaine, professionnels du métier, responsable de formation, direction de centre, conseillers formations, référent handicap, équipe administrative

Modalités d'évaluation et d'examen

- QCM
- EXERCICES PRATIQUES

Validation

Remise d'une attestation de compétences

Contacts

Contactez votre conseiller▪ère inter :

- DPT 22-29 |Nadia LE CHANU| 02 96 58 69 86
- DPT 35-56 |Corinne PRIGENT| 02 96 58 07 27
- Vitré | Katia CANTIN | 02 99 74 11 89