

SE PRÉPARER À LA RETRAITE - SPÉCIAL CADRES ET DIRIGEANTS



FORMALITÉS DE DÉPART, LIQUIDATION DE RETRAITE ET PRÉPARATION AU CHANGEMENT

3 jours

PROGRAMME DE LA FORMATION

PREMIÈRE PARTIE

PRÉPARER SA LIQUIDATION DE RETRAITE - SPÉCIAL CADRES ET DIRIGEANTS (1 JOUR)

- › Conditions d'ouverture de droits et calcul de la retraite
- › Connaître les modalités de liquidation de la retraite
- › Liquider sa retraite d'entreprise
- › Faire le choix d'une complémentaire santé
- › Gérer et transmettre son patrimoine

DEUXIÈME PARTIE

LA RETRAITE : SE PRÉPARER AUX CHANGEMENTS - SPÉCIAL CADRES ET DIRIGEANTS (2 JOURS)

- › Comment anticiper sa retraite après une vie professionnelle bien remplie ?
- › Préparer des projets motivants : mettre à jour ses attentes réelles et ses véritables besoins
- › Vivre pleinement cette nouvelle étape de vie

OBJECTIFS

- Comprendre le calcul et connaître l'environnement juridique et fiscal de la retraite.
- Liquider son épargne retraite et anticiper ses besoins en matière de complémentaire santé.
- Évaluer les possibilités de reprendre une activité à la retraite (cumul emploi-retraite).
- Se préparer au départ à la retraite : faire un bilan personnel, définir ses nouveaux projets et aborder la retraite avec sérénité.
- Apprivoiser son nouveau temps libre et trouver un juste équilibre.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Une vue complète des modalités de départ à la retraite pour un cadre supérieur ou dirigeant : à quel âge liquider ? Quel est l'intérêt d'une poursuite d'activité ? Quelles démarches engager ?
- Une check-list complète des formalités à accomplir avant le départ à la retraite
- Une formation constituée de 2 modules complémentaires pour préparer sa retraite sereinement, en maîtrisant les dimensions pratique et psychologique du départ

PROFIL DES PARTICIPANTS

Responsables ou cadres dirigeants futurs retraités, pré-retraités
Aucun niveau de connaissances préalables n'est requis

MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES, ENCADREMENT

Un questionnaire sur les attentes des participants est adressé 15 jours avant le début de la formation. Les méthodes pédagogiques incluent des apports théoriques et pratiques, un travail sur des cas concrets et des exemples d'application. Un support pédagogique est remis à chaque participant, et un accès personnel en ligne permet d'accéder à des e-ressources à l'issue de la formation. Nos consultants sont sélectionnés pour leur expertise métier, leurs compétences pédagogiques et leurs expériences professionnelles.

TARIFS

2 220 € HT - Réf : RET-MOLDIR

Validité 30 juin 2018 Inclus : forfait repas et évaluations [forMetris](http://www.forMetris.com)

PRÉPARER SA LIQUIDATION DE RETRAITE - SPÉCIAL CADRES ET DIRIGEANTS



MODALITÉS PRATIQUES DU DÉPART À LA RETRAITE

1 jour

PROGRAMME DE LA FORMATION

Le programme de cette formation est ajusté en temps réel pour prendre en compte les dernières nouveautés (décrets d'application loi du 20 janvier 2014, accord ARRCO-AGIRC du 30 octobre 2015...)

CONDITIONS D'OUVERTURE DE DROITS ET CALCUL DE LA RETRAITE

- › À quel âge et sous quelles conditions peut-on bénéficier de la pension de retraite ?
- › Comment est calculé la future retraite ?
 - retraite du régime général
 - retraite complémentaire AGIRC/ARRCO
 - retraite AGIRC Tranche C
- › Validation de trimestres et de points : particularité des points acquis sur la tranche C
- › Rachat de trimestres (années d'études supérieures, périodes à l'étranger)
- › Age du taux plein, minorations ou majorations de retraite
 - décote, surcote
 - les enfants sont-ils pris en compte dans le calcul de la pension retraite ?

CONNAÎTRE LES MODALITÉS DE LIQUIDATION DE LA RETRAITE

- › Où trouver les informations relatives à sa carrière servant de base au calcul de la retraite ?
- › Comprendre l'information délivrée par les caisses de retraite : Relevé de Situation Individuelle (RSI) et Estimation Indicative Globale (EIG)
- › Quand et comment établir sa ou ses demandes de retraite ?
- › Après de qui effectuer les démarches ?
- › Se repérer dans les différents organismes : CARSAT, CICAS...
- › Paiement des retraites : échéance, paiement mensuel
- › Charges sociales et fiscales sur les pensions de retraite

LIQUIDER SA RETRAITE D'ENTREPRISE

- › Les dispositifs d'épargne retraite : PEE, PERCO
- › Les dispositifs d'assurance retraite : la retraite "supplémentaire" (régimes art.83, art.82 et art.39 CGI)
- › Modalités de liquidation (rente ou capital) : charges sociales et fiscales applicables

FAIRE LE CHOIX D'UNE COMPLÉMENTAIRE SANTÉ

- › Possibilité de maintien de la complémentaire santé d'entreprise, sous quelles conditions ?
- › Avantages et inconvénients par rapport à l'assurance individuelle

GÉRER ET TRANSMETTRE SON PATRIMOINE

- › La réversion des droits retraite : principe, conditions d'attribution, calcul et démarches
- › Le règlement de la succession, les bonnes questions à se poser : comment ? à qui ? à quel coût ?

OBJECTIFS

- Comprendre le calcul et connaître l'environnement juridique et fiscal de la retraite.
- Maîtriser les procédures de liquidation en tenant compte des dernières dispositions.
- Évaluer les possibilités de reprendre une activité à la retraite (cumul emploi-retraite).
- Liquider son épargne retraite et anticiper ses besoins en matière de complémentaire santé.
- Disposer des bases pour bien gérer la transmission de son patrimoine (héritage, pension de réversion du conjoint...).

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Une vue complète des modalités de départ à la retraite pour un cadre supérieur ou dirigeant : à quel âge liquider ? Quel est l'intérêt d'une poursuite d'activité ? Quelles démarches engager ?
- Une check-list complète des formalités à accomplir avant le départ à la retraite
- Un panorama des règles générales de la succession pour définir ses possibilités d'action

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Responsables ou cadres dirigeants futurs retraités, pré-retraités
Aucun niveau de connaissances préalables n'est requis

MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES, ENCADREMENT

Un questionnaire sur les attentes des participants est adressé 15 jours avant le début de la formation. Les méthodes pédagogiques incluent des apports théoriques et pratiques, un travail sur des cas concrets et des exemples d'application. Un support pédagogique est remis à chaque participant, et un accès personnel en ligne permet d'accéder à des e-ressources à l'issue de la formation. Nos consultants sont sélectionnés pour leur expertise métier, leurs compétences pédagogiques et leurs expériences professionnelles.

LA RETRAITE : SE PRÉPARER AUX CHANGEMENTS - SPÉCIAL CADRES ET DIRIGEANTS



APRÈS LA CARRIÈRE, QUEL NOUVEAU PROJET DE VIE ?

2 jours

PROGRAMME DE LA FORMATION

COMMENT ANTICIPER SA RETRAITE APRÈS UNE VIE PROFESSIONNELLE BIEN REMPLIE ?

- › C'est quoi une "retraite réussie" ?
- › Vivre sereinement la fin des relations professionnelles
- › S'organiser pour bien quitter l'entreprise
- › Accepter le changement de statut
- › Remettre en question les idées dépassées sur la retraite et dépasser ses craintes

PRÉPARER DES PROJETS MOTIVANTS : METTRE À JOUR SES ATTENTES RÉELLES ET SES VÉRITABLES BESOINS

- › Après la carrière, de nouveaux projets en perspective, mais lesquels ?
 - › Trouver un nouvel équilibre en dehors des contraintes de la vie active
 - › Apprivoiser ce "temps pour soi" : un nouveau rythme de vie à trouver (personnel, familial, social...)
 - › Être un senior en pleine forme (sport, sommeil...)
 - › Oser vivre ses rêves : des outils pour passer à l'action
 - › S'investir sans se laisser envahir : vie familiale, vie sociale, vie associative
 - › Entretenir et développer son réseau relationnel
 - › Internet, réseaux sociaux ... faut-il se lancer ?
 - › La force du lien intergénérationnel
 - › Santé physique et handicap
- Application : définir ce qui est réellement important pour soi

VIVRE PLEINEMENT CETTE NOUVELLE ÉTAPE DE VIE

- › Se tourner vers demain...
 - › Trouver l'impulsion pour enclencher un nouveau départ
 - › Être à l'écoute de soi tout en se tournant vers les autres
 - › Connaître ses valeurs et les faire respecter
 - › Poser des limites sans froisser ses proches
 - › Connaître ses croyances limitantes et les dépasser
- Chacun des points traités fera l'objet d'applications pratiques : exercices et études de cas en sous-groupes, mises en situation, tests d'auto-évaluation

OBJECTIFS

- Aborder la retraite avec sérénité.
- Définir ses nouveaux projets et objectifs de vie.
- Apprivoiser son temps libre et être à l'écoute de soi.
- Trouver un équilibre entre temps personnel, temps familial et temps social.
- Faire un bilan personnel.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Une formation sur une thématique à forts enjeux personnels et professionnels
- Un stage permettant au futur retraité de vivre sereinement ses derniers mois dans l'entreprise et de sécuriser la transition travail-retraite
- Une batterie d'outils pédagogiques pour faire le point sur sa propre situation : exercices, quiz, jeux de rôles...
- Ouvrages inclus : Être l'acteur de sa retraite

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Responsables ou cadres dirigeants futurs retraités, pré-retraités
Aucun niveau de connaissances préalables n'est requis

MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES, ENCADREMENT

Un questionnaire sur les attentes des participants est adressé 15 jours avant le début de la formation. Les méthodes pédagogiques incluent des apports théoriques et pratiques, un travail sur des cas concrets et des exemples d'application. Un support pédagogique est remis à chaque participant, et un accès personnel en ligne permet d'accéder à des e-ressources à l'issue de la formation. Nos consultants sont sélectionnés pour leur expertise métier, leurs compétences pédagogiques et leurs expériences professionnelles.

