

SE PRÉPARER À LA RETRAITE - FONCTION PUBLIQUE

**3 jours**

FORMALITÉS DE DÉPART, LIQUIDATION DE RETRAITE DES AGENTS ET PRÉPARATION AU CHANGEMENT

PROGRAMME DE LA FORMATION

Le programme de cette formation est ajusté en temps réel pour prendre en compte les dernières nouveautés

PREMIÈRE PARTIE

PRÉPARER SA LIQUIDATION DE RETRAITE - FONCTION PUBLIQUE (1 JOUR - LICL)

- › Intégrer l'information délivrée par les caisses de retraite
- › Les conditions d'ouverture du droit à la retraite : Retraite SRE et CNRACL / RAFP
- › Demander sa retraite : les conditions de liquidation en pratique
- › S'informer sur les droits du conjoint (pension de réversion)

DEUXIÈME PARTIE

LA RETRAITE : S'APPROPRIER PLEINEMENT SA NOUVELLE VIE (2 JOURS - PRET)

- › Anticiper sa retraite
- › Se donner les moyens de vivre pleinement cette nouvelle phase
- › Adopter un rythme de vie respectueux de soi

OBJECTIFS

- Evaluer les incidences juridiques, financières et fiscales de son départ à la retraite.
- Identifier les âges de départ possibles et les modalités de calcul des droits.
- Accomplir les formalités pratiques avant de partir à la retraite.
- Se préparer au départ à la retraite : faire un bilan personnel, transmettre son savoir et clôturer sereinement.
- Vivre pleinement sa retraite : réaliser ses projets, apprendre à apprivoiser cet espace de liberté.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Une formation constituée de 2 modules complémentaires pour préparer sa retraite sereinement, en maîtrisant les dimensions pratique et psychologique du départ.
- Une vue complète des modalités de départ à la retraite des agents publics : à quel âge liquider ? Sous quelles conditions ? Quel est l'intérêt d'une poursuite d'activité ? Quelles démarches engager ?
- Ouvrages inclus : Osez vivre votre retraite

PROFIL DES PARTICIPANTS

Responsables et assistants du service social, futurs retraités, pré-retraités

MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES, ENCADREMENT

Questionnaire adressé aux participants 15 jours avant la formation pour connaître leurs attentes
Méthodes pédagogiques : apports théoriques et pratiques (cas concrets, exemples d'application)
Mise à disposition d'un support pédagogique et d'un accès personnel à des e-ressources en ligne à l'issue de la formation
Consultants sélectionnés pour leurs compétences pédagogiques, expertise métier et expériences professionnelles

SUIVI ET ÉVALUATION

Feuille d'émargement et attestation de fin de formation
Évaluation à chaud et à froid

TARIFS

2 310 € HT ~~2 745 € HT~~ - Réf : VRE-MOLICL

Validité : 30 juin 2025

PRÉPARER SA LIQUIDATION DE RETRAITE - FONCTION PUBLIQUE

MODALITÉS PRATIQUES DU DÉPART À LA RETRAITE DES AGENTS

PROGRAMME DE LA FORMATION

Le programme de cette formation est ajusté en temps réel pour prendre en compte les toutes dernières nouveautés liées à la réglementation des régimes de retraite : réforme en cours, loi de financement de la sécurité sociale, décrets...

INTÉGRER L'INFORMATION DÉLIVRÉE PAR LES CAISSES DE RETRAITE

- › État des services
 - › Relevé Individuel de Situation globale (RIS)
 - › Estimation Indicative Globale (EIG)
 - › Relevé actualisé de points retraite RAFF
- Analyse d'un RIS et d'une EIG

LES CONDITIONS D'OUVERTURE DU DROIT À LA RETRAITE : RETRAITE SRE ET CNRACL / RAFF

- › Condition d'âge et durée d'assurance de la carrière
 - à quel âge liquider ? Combien de trimestres faut-il ? Les nouveaux paramètres issus de la loi du 14 avril 2023 (catégories sédentaire et active, carrières longues)
 - âge limite d'activité et dérogations : nouveau maintien en fonction jusqu'à 70 ans
- › Quels sont les éléments pris en compte dans la détermination de la carrière ?
 - acquisition de trimestres de retraite dans la fonction publique (services validables, majorations de durée d'assurance, bonifications...)
 - prise en compte de "toute la carrière" pour calculer le taux de pension
 - validation de points RAFF

Illustrations à partir de situations particulières de carrières (temps partiel, maladie, chômage...)

- › Cas de départs anticipés (avec condition d'âge) : carrières longues, agents handicapés
- › Cas particuliers (sans condition d'âge) : retraite au titre de l'invalidité, retraite 15 ans de service 3 enfants
- › Faut-il poursuivre ou non son activité ?
 - minorations ou majorations de pension (décote, surcote, "surcote parentale")
 - les aménagements de fin de carrière : l'extension de la retraite progressive à la fonction publique et les nouvelles modalités du cumul emploi-retraite

Illustrations à partir des exemples de carrière des participants

DEMANDER SA RETRAITE : LES CONDITIONS DE LIQUIDATION EN PRATIQUE

- › Modalités de départ : départ à la retraite ou mise à la retraite
- › À quel moment faire sa demande ?
- ›auprès de qui effectuer les démarches ? Quels justificatifs fournir ?
- › Paiement des retraites (SRE ou CNRACL / RAFF) : échéance, paiement
- › Charges sociales sur les retraites
 - CSG, CRDS, cotisation maladie, Contribution Additionnelle de Solidarité pour l'Autonomie (CASA)
 - régime fiscal des retraites
 - revalorisation des retraites

S'INFORMER SUR LES DROITS DU CONJOINT (PENSION DE RÉVERSION)

- › Bénéficiaires, conjoint et ex-conjoint : le partage des droits
- › Montant et conditions d'attribution de la pension
- › Charges sociales et fiscales

Illustrations de calcul et partage des droits à réversion

Mise en situation de synthèse

OBJECTIFS

- Identifier les différentes validations pour la retraite et les conditions de départ.
- Découvrir les modalités du calcul de pension pour mieux choisir sa date de départ.
- Effectuer les démarches administratives liées au départ à la retraite.
- Se repérer dans les possibilités de cumul pension de retraite avec les revenus en cas de reprise d'activité.
- Évaluer les droits à réversion.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Une vue complète des modalités de départ à la retraite : à quel âge liquider ? Sous quelles conditions ? Quel est l'intérêt d'une poursuite d'activité ? Quelles démarches engager ?
- Une formation indispensable pour savoir lire et comprendre les documents d'information retraite distribués par les Caisses
- Une check-list complète des formalités à accomplir avant le départ à la retraite

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Responsables et assistants du service social, futurs retraités

MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES, ENCADREMENT

Questionnaire adressé aux participants 15 jours avant la formation pour connaître leurs attentes
 Méthodes pédagogiques : apports théoriques et pratiques (cas concrets, exemples d'application)
 Mise à disposition d'un support pédagogique et d'un accès personnel à des e-ressources en ligne à l'issue de la formation
 Consultants sélectionnés pour leurs compétences pédagogiques, expertise métier et expériences professionnelles

SUIVI ET ÉVALUATION

Feuille d'émargement et attestation de fin de formation
 Évaluation à chaud et à froid

PROCHAINES SESSIONS

Paris Montparnasse ou à distance :
 le 1 avril 2025
 le 2 juin 2025
 le 27 novembre 2025

LA RETRAITE : S'APPROPRIER PLEINEMENT SA NOUVELLE VIE

2 jours

SE PRÉPARER UN FUTUR SUR MESURE, OPTIMISTE, MOTIVANT ET RESPECTUEUX DE SOI

PROGRAMME DE LA FORMATION

Le retraite, c'est l'espace où nous allons peut-être passer plus d'un quart de notre vie. D'où l'importance de se préparer à cette nouvelle dimension de liberté car c'est aussi souvent une perte de repères temporaire. La formation permet de mieux se connaître, d'agir et de structurer ce futur, dans le respect de la personnalité et des attentes de chacun

ANTICIPER SA RETRAITE

- › Remettre en question les idées dépassées sur la retraite
- › Clôturer sereinement la fin des relations professionnelles
- › S'approprier le changement de statut et ce nouvel espace de liberté
- › Se préparer un futur motivant et porteur de sens

Ateliers et mises en situation

Tests d'auto-évaluation

SE DONNER LES MOYENS DE VIVRE PLEINEMENT CETTE NOUVELLE PHASE

- › Définir ses priorités et éviter les pièges de cette nouvelle période de vie
- › Se réapproprier une vie de couple harmonieuse
- › Identifier et respecter ses valeurs
- › Identifier ses peurs et les dépasser

Ateliers et mises en situation

ADOPTER UN RYTHME DE VIE RESPECTUEUX DE SOI

- › Structurer harmonieusement son espace personnel, familial et social
- › Être un senior en pleine forme et prendre soin de soi (sport, sommeil, alimentation...)
- › Réaliser enfin ses projets : s'approprier les outils pour les réaliser concrètement
- › Aider tout en posant ses limites (amis, conjoint, enfants, association...)

Test d'auto-évaluation

Illustration : apport des dernières connaissances en neurosciences pour entretenir sa bonne santé cérébrale

Activité : mettre en place ses objectifs

OBJECTIFS

- Aborder la retraite avec optimisme, comme une nouvelle étape de vie.
- Transmettre son savoir pour clôturer sereinement son activité professionnelle.
- Définir un espace de liberté adapté à ses besoins et à son caractère.
- Construire un équilibre entre temps personnel, temps familial et temps social.
- Réaliser un bilan personnel pour mieux se connaître.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Une formation pratique sur une thématique à forts enjeux personnels et professionnels
- Un stage permettant au futur retraité de préparer son départ de l'entreprise et de se projeter sereinement dans ce nouvel espace de liberté.
- Une batterie d'outils pédagogiques pour faire le point sur sa propre situation : exercices, tests, mises en situation...

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Responsables et collaborateurs des services RH/personnel, responsables et assistants du service social, futurs retraités, pré-retraités

MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES, ENCADREMENT

Recueil de vos attentes depuis votre espace web 15 jours avant le début de la formation et autodiagnostic de vos compétences. Des méthodes pédagogiques variées pour s'adapter aux différents profils, définies avec l'objectif de vous impliquer dans vos apprentissages et d'ancrer les acquis par la pratique. Supports pédagogiques?: support d'animation, supports pédagogiques (fiches de synthèse, tableaux ...) et autres ressources documentaires disponibles dans votre espace.

SUIVI ET ÉVALUATION

Feuille d'émargement et attestation de fin de formation

Évaluation à chaud et à froid

PROCHAINES SESSIONS

Formation à distance :

les 19 et 20 mai 2025

les 22 et 23 septembre 2025

les 16 et 17 octobre 2025

Paris Montparnasse :

les 3 et 4 avril 2025

le 30 juin 2025 et le 1 juillet 2025

les 16 et 17 décembre 2025

