

PRÉPARER ET BIEN VIVRE SA RETRAITE

◇ Référence : C24



INTER

🕒 Durée : 2 jours

€ Tarif : 1 560 € net par participant
(non assujetti à la TVA)

📍 Lieu : Paris et à distance

📅 Date de début
de la prochaine session :

22
juin 2026

INTRA

Vous souhaitez cette formation en
intra, contactez-nous au :

📞 01 45 49 99 15

@ contactentreprises@udd.eu



Public :

Tout collaborateur proche
de la retraite



Prérequis :

Aucun

Objectifs :

- ✓ Sécuriser sa retraite sur le plan juridique, fiscal et patrimonial
- ✓ Assurer une fin de carrière profitable pour soi-même et pour l'entreprise
- ✓ Préparer un projet de vie satisfaisant et dynamique pour sa retraite

Programme :

1. Réussir sa fin de carrière

- Faire le point sur sa carrière
- Formaliser et transmettre son expérience
- Élaborer un projet professionnel adapté à une fin de carrière profitable

2. Préparer son dossier de départ à la retraite

- Comprendre la réforme des retraites
- Comprendre les dispositifs
- Connaître ses droits et calculer sa pension
- Repérer les différents acteurs : caisse de retraite, mutuelle

3. Construire son nouveau projet de vie

- Identifier ses véritables centres d'intérêt
- Connaître ses ressources et ses compétences
- Découvrir les possibilités d'action : loisir, bénévolat, association, etc.
- Bâtir un projet en accord avec ses qualités et ses aspirations

4. Se repositionner et entretenir son réseau relationnel

- Faire le deuil de son statut professionnel
- Trouver sa place dans son nouvel environnement
- Définir son rythme et son nouveau rapport au temps
- Développer et profiter de nouvelles relations : sociales et familiales

5. Gérer les aspects financiers et patrimoniaux

- Gérer efficacement son patrimoine
- Donation et transmission : connaître les procédures et éviter les pièges

6. Se maintenir en forme

- Adapter son hygiène de vie (nutrition, activité sportive, etc.)
- Mémoire : l'entretenir et l'entraîner
- Surveillance médicale : assurer l'efficacité

