

STAGE DE PREPARATION A LA RETRAITE
« Cap sur la retraite »
PRESENTIEL - PARIS

JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3
<p align="center">9h15 Accueil 9h30-12h00</p> <p align="center">Ouverture de la session - Présentations LES ENJEUX DU DEPART A LA RETRAITE Les changements pressentis (activités, relations, espace, temps) Identification des points sensibles</p> <p align="center"><i>Echanges et apports théoriques de</i> Nathalie DELLAMONICA - IAE</p>	<p align="center">8h45 Accueil 9h00-12h00</p> <p align="center">AVEC QUELS MOYENS PERSONNELS ? Transmettre et gérer mon patrimoine Des informations pour mieux choisir : droits de succession, régimes matrimoniaux, aspects civils et fiscaux, protection du conjoint...</p> <p align="center"><i>Exposé interactif de</i> Frédéric BEUNAS – IAE</p>	<p align="center">8h45 Accueil 9h00-10h30</p> <p align="center">VERS QUEL ETAT DE BIEN-ETRE PHYSIQUE ? Des pistes pour prendre soin de soi Une hygiène de vie à ajuster</p> <p align="center"><i>Exposé interactif de</i> BRAIN UP - IAE</p> <p align="center">10h45-12h00 Présentation du comité d'action et d'entraide sociale (CAES) <i>Exposé avec</i> Nicole LACAZE du CAES</p>
12H DEJEUNER		
<p align="center">13h30-14h30 LES ENJEUX DU DEPART A LA RETRAITE (SUITE) Le changement : un processus humain de transition par étapes</p> <p align="center">14h30- 18h00 AVEC QUELS DISPOSITIFS ADMINISTRATIFS ? L'offre de Service de Retraite de l'Etat (ENSAP) Régime Général de la Sécurité Sociale Régimes complémentaires ARRCO – AGIRC</p> <p align="center"><i>Exposé interactif de</i> Thierry BECKERS – IAE</p>	<p align="center">13h30-17h30 DANS QUEL ENVIRONNEMENT RELATIONNEL ? Comment penser à soi tout en pensant aux autres ? Les enjeux relationnels, Des modèles pour les comprendre.</p> <p align="center"><i>Echanges et apports théoriques de</i> Nathalie DELLAMONICA - IAE</p>	<p align="center">13h30-16h00 POUR QUEL PROJET DE VIE ? Axes et critères de la prise de décision</p> <p align="center"><i>Echanges et apports théoriques de</i> Nathalie DELLAMONICA - IAE</p> <p align="center">16h00-16h30 EVALUATION CONCLUSION <i>Fin du stage 16h30</i></p>