SKILLS CAMPUS
Training & Certification Center

Bien vivre sa retraite

-Réference: **DP-8** -Durée: **3 Jours (21 Heures)**

Les objectifs de la formation

- Aborder la retraite avec plus de quiétude.
- Avancer dans la concrétisation de son projet personnel de retraité.
- Entretenir son capital santé.
- Acquérir une meilleure connaissance des dispositions concernant son patrimoine.

A qui s'adesse cette formation ?

POUR QUI :

- Cadre, manager, chef de projet, assistante, technicien et tout collaborateur concernés par une proche cessation d'activité professionnelle.

Programme

- **La retraite, un changement de vie**
  - Identifier ce qui change. Se repérer sur les étapes de ce changement.
  - Mise en situation Brainstorming puis exposé didactique de synthèse.
- **Vivre sa retraite avec sens et plaisir**
  - Explorer le sens à donner.
  - Subir ou choisir ?
  - Les valeurs à satisfaire.
  - Mise en situation Exploration guidée des envies et appréhensions de chacun.
- **Mon projet de vie à la retraite**
  - Repérer ses besoins prioritaires.
  - Déjouer ses messages contraignants.
  - Élaborer son projet.
  - Mise en situation Autodiagnostic puis élaboration pour chaque participant de ses points prioritaires identifiés.

Programme

- **Conserver et transmettre son patrimoine**
  - La gestion du patrimoine.
  - Droit et fiscalité des successions : préparer sa succession.
  - Mise en situation Questions réponses avec un expert en patrimoine.
- **Gérer son capital santé**
  - La lutte contre le vieillissement physique et psychique.
  - La nécessaire surveillance médicale.
  - Santé, hygiène et équilibre de vie.
  - Mise en situation Questions réponses avec un médecin.
- **Certification**
  - Évaluation des compétences à certifier via un questionnaire en ligne intégrant des mises en situation (40 minutes).
  - Évaluation du transfert des acquis pour valider la mise en œuvre en situation de travail

(+212) 5 22 27 99 01

(+212) 6 60 10 42 56

Contact@skills-group.com

Nous sommes à votre disposition :
De Lun - Ven 09h00-18h00 et Sam 09H00 – 13H00

Angle bd Abdelmoumen et rue Soumaya, Résidence Shehrazade 3, 7éme étage N° 30
Casablanca 20340, Maroc