



Protéger c'est s'engager
humanis.com

Retraite | Prévoyance | Santé | Épargne | Action sociale

Préparation à la retraite

Du temps travaillé au temps choisi à Biarritz



Résidence Le Grand Large
1 rue Dalbarade à Biarritz
(Pyrénées-Atlantiques)

Notre objectif est de vous accompagner au moment du passage de l'activité professionnelle vers votre nouvelle vie de retraité en abordant les thèmes suivants :

- > projet de vie : personnel, familial, utilité sociale, loisirs... ;
- > prévention santé ;
- > transmission du patrimoine ;
- > ressources à la retraite (régime général, retraites complémentaires) ;
- > contrats de prévoyance ;
- > action sociale.

Programme au verso

- Du lundi **24 avril** au soir au samedi **29 avril** 2017
- Du lundi **15 mai** au soir au samedi **20 mai** 2017
- Du lundi **29 mai** au soir au samedi **3 juin** 2017
- Du lundi **19 juin** au soir au samedi **24 juin** 2017
- Du lundi **4 septembre** au soir au samedi **9 septembre** 2017
- Du lundi **25 septembre** au soir au samedi **30 septembre** 2017
- Du lundi **16 octobre** au soir au samedi **21 octobre** 2017

Intervenants :

Un formateur professionnel
Un médecin
Un intervenant juridique
Des collaborateurs Humanis

Contenu

Ce stage est un temps de réflexion, d'échanges et d'information. Il vous permettra d'aborder sereinement cette nouvelle "tranche de vie" qu'est la retraite, par le biais d'apports théoriques et de partages d'expériences personnelles.

Programme

Si le déroulement de ce stage venait à être modifié, son contenu resterait le même.

Lundi

Après-midi

Arrivée et installation

19 h

- Apéritif d'accueil
- Présentation de la résidence

Dîner

Mardi

Matin

- Présentation des participants et du stage
- Actualité du groupe Humanis et Action sociale

Déjeuner

Après-midi

- Ressources : Assurance retraite, Arrco et Agirc
- Choix de la complémentaire santé

Dîner

Mercredi

Matin

- Accompagnement du changement
- Identification des changements, enjeux et possibilités
- Préoccupations : ennui, perte du statut, non-activité, vieillissement
- Nouvelle image de soi et de l'autre, comment vivre seul ou en couple

Déjeuner

Après-midi

- Excursions

Dîner

Jeudi

Matin

- Capital santé : forme physique et intellectuelle, avancée en âge, hygiène de vie, diététique...

Déjeuner

Après-midi

- Vie relationnelle et familiale
Partage de son temps pour les autres : place des enfants, petits-enfants et parents âgés
Utilité sociale : réflexion sur le travail, bénévolat, participation à la vie de la société

Dîner

Vendredi

Matin

- Patrimoine : droit familial, gestion et transmission

Déjeuner

Après-midi

- Projets - Expression des rêves et des projets - Valeurs pour chacun, quel sens donner à ses activités - Réactivation ou création de réseaux

Dîner

Samedi

Matin

- Nouvel aménagement du temps et de l'espace - Gestion de son temps
Temps consacré à la vie sociale - Partage des territoires - Choix d'un lieu de vie, la négociation éventuelle
- Bilan du stage

Déjeuner

Après-midi

Départ



L'inscription à ce stage induit de suivre la session dans son intégralité pour le stagiaire et le conjoint (si inscrit).



Humanis Action sociale

► Vos contacts

Service Prévention

Bureau 3A106

93 rue Marceau

93187 Montreuil cedex

Tél. : 01 58 82 78 70

► e-mail

secteurprevention@humanis.com

❖ Le transport

Je rejoindrai la résidence par mes propres moyens en : voiture train avion

Jour et heure probables d'arrivée à la résidence :

❖ La participation financière

Pour le participant : ❖ Coût du stage hors transport : 1 200 € HT (soit 1 440 € TTC)

Pour le conjoint : ❖ Coût du stage hors transport : 220 € HT (soit 264 € TTC)

Ces tarifs comprennent les frais de pédagogie, l'hébergement et la pension complète.

La participation financière sera réglée :

par le participant lui-même⁽¹⁾

par l'entreprise⁽²⁾

(1) Joindre un chèque à l'ordre d'Humanis Formation.

(2) À l'inscription, **Humanis Formation** adressera à l'entreprise la convention. À l'issu du stage, la facture correspondante sera envoyée.

A noter que si l'entreprise ne prend en charge que son salarié, le participant devra régler lui-même à l'ordre d'Humanis Formation la part correspondant à son conjoint.

❖ La cessation d'activité

Quelle sera votre situation lorsque vous aurez cessé votre activité professionnelle et à quelle date ?

à la retraite

licencié(e) à titre individuel

en préretraite progressive

autre (précisez)

le |_|_|_|_|_|_|_|

Fait à, le |_|_|_|_|_|_|_|

Signature du participant

Signature et cachet de l'entreprise

Toutes ces informations sont nécessaires au traitement de la demande d'inscription. Le responsable du traitement, unique destinataire des données vous concernant, est Humanis - Action sociale, dont le siège social est 29 bd Edgar Quinet - 75014 Paris, auprès de qui vous pouvez exercer un droit d'opposition à la prospection, d'accès et de rectification des données vous concernant.