

« COMMENT BIEN SE PRÉPARER À LA RETRAITE »

PRÉSENTATION DE LA FORMATION POUR LES PROFESSIONNELS

Réf. : FPP31A



**PRÉPARER SA RETRAITE EN TOUTE SÉRÉNITÉ,
C'EST S'ASSURER UN AVENIR PLUS CLAIR ET
PLUS LIBRE**

Comprendre le système de retraite, c'est déjà
faire les bons choix... au bon moment.

Grâce à une approche structurée et accessible, vous découvrirez **tout ce qu'il faut savoir pour anticiper sereinement votre départ** : régimes de retraite, calcul des droits, démarches clés, stratégies patrimoniales, cumul emploi-retraite et projets de vie post-carrière.

CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- **Comprendre le fonctionnement des régimes de retraite** (base et complémentaire),
- **Lire, corriger et exploiter** votre relevé de carrière,
- **Simuler votre pension et arbitrer votre âge de départ**,
- **Préparer les démarches administratives** pour un départ fluide et sans erreur,
- **Élaborer une stratégie financière adaptée à votre profil** (PER, assurance-vie, immobilier),
- **Anticiper les dimensions sociales, psychologiques et professionnelles de la retraite**,
- **Explorer les possibilités de cumul emploi-retraite ou de reconversion en micro-entreprise.**

En suivant cette formation, vous bénéficierez de :

- Un **programme clair et progressif**, illustré de **cas concrets** et de **simulateurs** en ligne,
- Des **QCM de validation** à chaque étape pour consolider vos acquis,
- Des **modèles, outils pratiques** et **fiches récapitulatives** pour vous accompagner au quotidien,
- Un **contenu** conçu pour les actifs en fin de carrière, indépendants, cadres, professions libérales ou agents publics.

Que vous soyez salarié, indépendant ou pluri-pensionné, **prenez en main votre départ à la retraite pour en faire une opportunité pleinement choisie.**

OBJECTIFS GLOBAUX PÉDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, les apprenants seront capables de :

- Identifier leur régime de retraite et comprendre les règles qui s'y appliquent,
- Lire, corriger et exploiter leur relevé de carrière pour optimiser leurs droits,
- Estimer leur future pension et arbitrer leur âge de départ selon différents scénarios,
- Préparer et réaliser les démarches administratives liées à la liquidation de leurs droits,
- Construire une stratégie financière de long terme adaptée à leur profil (PER, immobilier, assurance-vie...),
- Anticiper les impacts psychologiques, sociaux et professionnels liés à la transition,
- Comprendre les régimes complémentaires, le rachat de trimestres et les effets du cumul emploi-retraite.

THÉMATIQUES

- **Comprendre le système de retraite en France,**
- **Calculer et optimiser ses droits à la retraite,**
- **Démarches administratives & retraite progressive,**
- **Construire une stratégie financière pour la retraite,**
- **Réussir sa transition psychologique, sociale et professionnelle,**
- **Retraites complémentaires & rachat de trimestres.**

« COMMENT BIEN SE PRÉPARER À LA RETRAITE »

PROGRAMME DE LA FORMATION

Réf. : FPP31A



FORMATION INNOVANTE 100% E-LEARNING, QUI ALLIE INTELLIGENCE ET INTERACTIVITÉ

Durée : 35 heures (100 % e-learning)

Objectif : Acquérir une maîtrise complète de sa situation retraite afin d'anticiper, planifier et sécuriser son départ avec lucidité ; sur les plans administratif, financier, fiscal et personnel.

Programme : 6 modules

Vous souhaitez anticiper votre départ en retraite avec clarté, méthode et sérénité ?

Notre formation « **Comment bien se préparer à la retraite** » est faite pour vous.

Grâce à une approche pédagogique concrète, des outils de simulation et des cas pratiques, vous apprendrez à comprendre vos droits, calculer votre future pension, sécuriser vos démarches et envisager votre nouvelle vie avec confiance.

MODULE 1 - COMPRENDRE LE SYSTÈME DE RETRAITE EN FRANCE (6h)

- Retraites de base : CARSAT, RSI/SSI, fonction publique,
- Trimestres, durée d'assurance, âge légal, taux plein,
- Réformes 2023/2024 : allongement de la durée, âge d'équilibre,
- Cas spécifiques : carrières longues, polypensionnés, expatriés.

> QCM d'évaluation

MODULE 2 - CALCULER ET OPTIMISER SES DROITS À LA RETRAITE (6h)

- Lecture et correction du RIS (Relevé individuel de situation),
- Simulation via Info-Retraite, CARSAT, AGIRC-ARRCO,
- Notions de décote, surcote,
- Impact de la retraite progressive,
- Cas pratiques : cadre, artisan, profession libérale, agent public.

> QCM d'évaluation

MODULE 3 - DÉMARCHES ADMINISTRATIVES & RETRAITE PROGRESSIVE (5h)

- Démarches auprès des caisses (base et complémentaire),
- Calendrier idéal de départ,
- Portails à maîtriser : Info-Retraite.fr, Lassurance retraite.fr,
- Retraite progressive et cumul emploi-retraite : prérequis, délais, fiscalité,
- Cumul emploi-retraite en régime intégral ou plafonné.

> QCM d'évaluation

MODULE 4 - CONSTRUIRE UNE STRATÉGIE FINANCIÈRE POUR LA RETRAITE (6h)

- Assurance-vie : placements à long terme, clause bénéficiaire,
- Plan Épargne Retraite (PER) : fonctionnement, débloqué, sortie en capital/rente,
- Comparatif : PER vs Assurance-vie vs PEA,
- Investissement locatif,
- Arbitrage entre liquidité, transmission, performance.

> QCM d'évaluation

MODULE 5 - RÉUSSIR SA TRANSITION PSYCHOLOGIQUE, SOCIALE ET PROFESSIONNELLE (6h)

- Impact psychologique du changement de statut,
- Vie sociale et engagement (bénévolat, culture, mentorat),
- Portfolio personnel post-retraite,
- Cumul emploi-retraite,
- Création de micro-entreprise.

> QCM d'évaluation

MODULE 6 - RETRAITES COMPLÉMENTAIRES & RACHAT DE TRIMESTRES (6h)

- AGIRC-ARRCO, IRCANTEC, SSI : fonctionnement des points,
- Bonus/malus, coefficient de solidarité, effets sur la pension,
- Rachat de trimestres,
- Surcote : calcul et effet cumulatif,
- Simulations comparatives avec ou sans rachat.

> QCM d'évaluation

COMMENCEZ DÈS AUJOURD'HUI !
**Votre retraite mérite d'être préparée avec stratégie,
calme et ambition...**

... pour faire de cette étape une transition fluide, valorisante
et pleinement choisie.

CADEAU DE BIENVENUE !



**Documents BONUS
à télécharger**

**OFFERTS
POUR TOUTE INSCRIPTION**

CONNECT e-FORM
Boostez vos compétences avec l'innovation digitale



**RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT
VOTRE 1^{ER} RENDEZ-VOUS SUR
CALENDLY**

SCANNEZ-MOI !



06 70 74 67 80



contact@connect-e-form.fr



www.connect-e-form.fr

CONNECT E-FORM 16 Rue Saint-Antoine du T, Bureau 3 31000 Toulouse – France
SARL au capital de 100 € – Code APE : 721Z – N° TVA : FR16988093670 – RCS Toulouse X XXX XXX XXX
Déclaration d'activité enregistrée sous le N° XX XX XXXXX XX auprès du préfet de la région Occitanie.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.