

Note à l'attention

des fonctionnaires de l'Etat de la région Lorraine

retraités entre le 1^{er} juin 2017 et le 31 mars 2018

La Section Régionale Interministérielle d'Action Sociale Grand Est organise cinq

Journées de préparation à la retraite

à l'intention des agents de la fonction publique d'Etat exerçant en région Grand Est faisant valoir leur droit à la retraite entre le 1^{er} juin 2017 et le 31 mars 2018.

Chaque session se compose de deux journées, qui auront lieu à :

- Metz (57) : les 18 et 19 mai
- Metz (57) : les 29 et 30 mai
- Epinal (88) : les 1er et 2 juin
- Nancy (54) : les 8 et 9 juin
- Nancy (54) : les 19 et 20 juin

Les lieux seront précisés dans la convocation. Il s'agira de locaux universitaires à proximité du centre-ville.

La finalité de ces journées est de permettre aux participants d'analyser et comprendre le passage de leur vie professionnelle à une vie personnelle active, et de réfléchir à comment s'y préparer selon un quadruple point de vue : psychologique, santé, juridique et financier.

Programme :

- Les journées se dérouleront de 9h00 à 17h30. Un accueil des participants est prévu à 8h30.
- 4 volets seront abordés : psychologique, santé, juridique et financier (**voir programme détaillé**)
Chacun fera l'objet d'un exposé, et sera suivi d'un atelier puis d'une mise en commun et d'échanges.
- Interventions d'un psychologue, un médecin, un notaire et une conseillère en économie sociale et familiale
- Le déjeuner, au CROUS, est pris en charge par la SRIAS.

Les personnes intéressées devront retourner leur coupon-réponse, avant le **27 avril 2017** au plus tard.

40 places sont disponibles pour chaque session.

Une convocation sera adressée à chaque personne retenue.

Nota : Si les demandes étaient plus nombreuses que les places disponibles, les inscriptions respecteront une répartition ministérielle. Dans la mesure où une action similaire a été / est organisée en Alsace et en Champagne-Ardenne, priorité sera donnée aux agents habitant à proximité des lieux définis.

COUPON – REPONSE
Journée de préparation à
la retraite

Nom :

Prénom :

Ministère et adresse de l'administration :

.....

N° de téléphone pour vous joindre :

Adresse électronique (écrire lisiblement) :
.....

Date de mise en retraite :

souhaite assister aux journées de préparation à la retraite à :

- Metz (57) : les 18 et 19 mai
- Metz (57) : les 29 et 30 mai
- Epinal (88) : les 1er et 2 juin
- Nancy (54) : les 8 et 9 juin
- Nancy (54) : les 19 et 20 juin

Souhaite déjeuner au CROUS OUI NON

Deux possibilités s'offrent à vous :

- prendre congé et dans ce cas aucune autorisation n'est nécessaire
- autorisation d'absence exceptionnelle et dans ce cas la signature du supérieur est obligatoire

Nous vous rappelons, que, conformément à la note d'orientation 2017 des SRIAS, toute facilité de participation aux actions d'information mises en place par la SRIAS doit être donnée aux agents.

| Visa de l'agent | Visa du supérieur hiérarchique (si nécessaire) |
|-----------------|--|
| | |

Coupon-réponse à retourner avant le 27 avril 2017 au plus tard

Par voie postale :
SRIAS Grand Est - Journée retraite
9 place de la préfecture
BP 71014
57034 METZ cedex 1

La convocation vous sera adressée 15 jours avant le début de la session à votre choix :

- par mail
- par voie postale (dans ce cas, joindre en enveloppe libellée à votre adresse et timbrée).

1 - LE PASSAGE DU MONDE DU TRAVAIL A LA RETRAITE, ASPECTS PSYCHOLOGIQUES

Intervention d'un psychologue du travail

1 - De la nécessité de se désengager du travail et de se recentrer sur soi

- faire face à cet évènement inévitable, recherche d'éléments positifs, identifier les changements liés à la retraite, gérer la rupture, faire le deuil de sa condition de salarié, définir ses valeurs personnelles, identifier ses motivations et ses besoins
- promouvoir son bien-être, gérer son nouveau rapport au temps.

2 - La vie familiale, sociale et la gestion du temps libre

- formaliser et harmoniser son projet de vie avec ses valeurs personnelles, les lieux de vie, l'activité intellectuelle, physique voire sportive, les modes de vie
- se préparer au changement de statut et de rôle, développer des relations harmonieuses avec les autres.

2 - RESTER EN BONNE SANTE, EQUILIBRE ET PREVENTION, SUIVI MEDICAL, SPORT ET DIETETIQUE

Intervention d'un médecin du travail

- le cycle de l'âge, le vieillissement, le mauvais vieillissement, risques et prévention
- les particularités homme/femme, la prévention sanitaire (examens, bilans et vaccins à faire)
- le stress et ses effets négatifs, la mémoire et le sommeil, les toxiques
- l'alimentation et la diététique, le sport, la sexualité.

3 - LA SUCCESSION ET LA GESTION DU PATRIMOINE, ASPECTS JURIDIQUES ET FISCAUX

Intervention d'un notaire

- la protection de soi et des siens
- le régime matrimonial, les droits du conjoint survivant
- le changement de régime matrimonial, la clause d'attribution
- la transmission patrimoniale
- la pension de réversion
- la fiscalité, le contrat d'assurance vie.

4 - LES JEUNES RETRAITES ET L'ARGENT, LA GESTION DU MENAGE, ASPECTS FINANCIERS (Exposé seul, pas d'ateliers)

Intervention d'une conseillère en Economie Sociale et Familiale

- les principales interrogations du couple et des retraités, aujourd'hui face à l'argent
- la consommation des ménages, contexte actuel
- le budget familial, fonctionnement, règles à respecter, suivi
- les différents organismes de financement, formules de comptes bancaires, comptes joints
- le crédit à la consommation, les regroupements de crédits
- endettement et surendettement.

Déroulement indicatif :

Journée 1

8H30 - 9H00 : Accueil participants

9H00 - 10H45 : Exposé 1 - Aspects psychologiques

10H45 - 11H00 : Pause

11H00 - 11H45 : Travail en ateliers (1 et 2)

11H45 - 12H30 : Restitution et mise en commun

12H45 - 13H45 : Repas

14H00 - 16H00 : Exposé 2 - Santé et diététique

16H00 - 16H15 : Pause

16H00 - 16H45 : Travail en ateliers (1 et 2)

16H45 - 17H30 : Restitution et mise en commun

Journée 2

8H30 - 9H00 : Accueil participants

8H45 - 10H45 : Exposé 3 - Gestion patrimoine et succession

10H45 - 11H00 : Pause

11H00 - 11H45 : Travail en ateliers (1 et 2)

11H45 - 12H30 : Restitution et mise en commun

12H45 - 13H45 : Repas

14H30 - 16H30 : Exposé 4 - Gestion financière ménage

16H30 - 16H45 : Pause

16H45 - 17H30 : Clôture journée et évaluation flash.