



**PRÉFET
DE LA MAYENNE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

**Secrétariat Général Commun Départemental
Pôle Ressources Humaines**

**Service Local d'Action Sociale
du Ministère de l'Intérieur**

LAVAL, le **09 JUIN 2021**

Le préfet de la Mayenne

à

Mesdames et messieurs les chefs
des services déconcentrés de l'Etat

Objet : action sociale interministérielle : conférence sur la préparation à la retraite.

P.J. : 2.

Dans le cadre de l'action sociale interministérielle, la section régionale interministérielle d'action sociale (S.R.I.A.S.) propose une conférence sur la préparation à la retraite destinée aux agents devant partir à la retraite. La S.R.I.A.S. a retenu cette action au bénéfice de l'ensemble des fonctionnaires de l'Etat dans le département de la Mayenne.

Une session d'une journée est proposée à la préfecture de LAVAL le **vendredi 17 septembre 2021**.

M. Dominique THIERRY (de l'entreprise de conseil et de formation spécialisée REOR FSP) animera cette journée selon le programme joint en annexe.

Les personnes intéressées devront s'inscrire auprès du SGC – pôle ressources humaines - service local d'action sociale, en retournant le document joint, **avant le 30 juillet 2021**. Au cas où les candidatures seraient trop nombreuses, les agents retenus seront ceux dont le départ à la retraite est le plus proche.

Je vous invite à diffuser largement ces informations auprès des personnels placés sous votre autorité.

Je vous remercie par avance de votre collaboration et vous précise que tout renseignement complémentaire peut être obtenu auprès du service local d'action sociale de la préfecture.

Pour le préfet et par délégation,
Le secrétaire général,


Richard MIR

SGAR 44 Pays de La Loire - Conférence sur la préparation à la retraite

Objectifs de la journée

- ▶ Engager une réflexion sur les changements de vie engendrés par la retraite
- ▶ Sensibiliser aux aspects psychologiques et sociaux de la transition vie active/retraite
- ▶ Intégrer les conditions du bien vieillir
- ▶ Maîtriser différentes dimensions de gestion : son temps, son budget et son patrimoine
- ▶ Construire son projet de vie future

Approche pédagogique

- ▶ Un apport de connaissances notamment dans les domaines de santé, psychologiques et sociaux
- ▶ Une réflexion sur les changements consécutifs à la retraite et les moyens de les vivre au mieux
- ▶ Une implication personnelle des stagiaires. Elle sera systématiquement recherchée : l'animation s'appuyant sur l'expression des participants et l'échange

Programme

Séquence 1 : Aspects démographiques, psychologiques, et sociologiques de la retraite

- Présentation de la formation
- Les représentations de la retraite
- Panorama des données démographiques et sociologiques de la retraite
- La notion d'âge et de vieillissement

Séquence 2 : La transition

- La rupture avec le monde du travail
- Les étapes de la transition
- Les conditions d'une transition réussie

Séquence 3 : Les quatre piliers du Bien Vieillir

- Optimiser son capital santé
- Stimuler ses ressources cognitives
- Enrichir sa vie affective
- Rester socialement actif

Séquence 4 : La gestion du temps, la dimension économique et le projet de vie

- Les évolutions de la relation au temps
- La dimension financière et patrimoniale de la retraite
- La construction d'un projet de vie
- Bilan de la journée



FICHE D'INSCRIPTION

CONFÉRENCE SUR LA PRÉPARATION À LA RETRAITE

Vendredi 17 septembre 2021

NOM

PRÉNOM

CATÉGORIE (A – B – C – Technique – etc).....

Code ministère figurant sur le bulletin de salaire (obligatoire)

AGE – DATE DE NAISSANCE.....

DATE DE DÉPART ENVISAGÉE

ADMINISTRATION

SERVICE

N° DE TÉLÉPHONE

ADRESSE PERSONNELLE

.....

ADRESSE MAIL (obligatoire)

Fait à, le

Signature

**Nom – prénom et adresse mail
du supérieur hiérarchique :**

Avis du supérieur hiérarchique et signature :