Accompagnement à la fin de carrière et préparation à la retraite des praticiens

La transition vers la retraite constitue aujourd'hui un enjeu majeur pour les praticiens hospitaliers. L'allongement
des carrières, l'évolution des régimes de retraite et les mutations du système de santé transforment en profondeur les parcours professionnels. Cette étape ne se limite pas à une cessation d'activité : elle implique une réorganisation de la vie personnelle, sociale et identitaire, souvent après plusieurs décennies d'engagement au service des patients et des équipes soignantes.
Dans ce contexte, il devient essentiel de prendre le temps de réflexion et d'anticipation. Préparer la fin de carrière, c'est aussi envisager la suite : comment préserver son équilibre, valoriser son expérience et maintenir un rôle actif au sein de la société. Cette formation s'inscrit dans cette dynamique, offrant un espace dédié à l'analyse, au partage et à la construction de perspectives nouvelles

Objectifs

- Comprendre les enjeux administratifs et juridiques de leur fin de carrière
- Identifier les principales règles et démarches administratives (cotisations, droits, régimes de retraite spécifiques…).
- Connaître leurs droits, les démarches pratiques à entreprendre pour préparer leur retraite
- Comprendre les différents statuts de retraite (hospitalier, libéral, contractuel) notamment pour les carrières multiples et de leur impact sur le calcul de la pension.
- Connaître les modalités du cumul emploi-retraite et de la retraite progressive
- Construire un projet de fin de carrière actif et épanouissant
- Identifier les opportunités de continuation de la carrière sous une forme différente
- Préparer un projet de retraite structuré en identifiant des projets de vie post-carrière
- Gérer les enjeux psychosociaux et émotionnels du départ à la retraite
- Comprendre les impacts psychologiques et sociaux lors de la cessation d'activité professionnelle
- Développer des stratégies pour maintenir un sentiment d'utilité et d'accomplissement dans la vie quotidienne et au sein d'une équipe.
- Reconnaître et gérer les sentiments d'anxiété, de stress et de perte de repères liés au passage à la retraite.
- Maintenir une bonne santé mentale et une image positive de soi après la fin de la carrière professionnelle.
- Repenser ses investissements professionnels et extra-professionnels
  Réaliser un bilan personnel en ciblant les démarches à accomplir

Le + de la formation

Formation qui mêle apports d'experts, ateliers collaboratifs et outils créatifs où chaque participant construit, avec ses pairs et les formateurs, son propre projet de transition.

Public concerné et pré-requis

- Praticiens hospitaliers et praticiens contractuels.

Programme

JOUR 1 : comprendre les enjeux et les démarches préparatoires

- Les représentations sur la retraite
- Les 4 dimensions de l'anticipation
- Les différents statut (hospitalier, libéral, contractuel)
- Le changement de statut, les règles et les démarches administratives
- Le système français des retraites

JOUR 2 :

- Les différentes étapes psychologiques du passage à la retraite
- L'arrêt de l'activité professionnelle
- La perte de statut : Les impacts sur l'identité professionnelle et les impacts sociaux
- Stratégies de gestion et anticipation
- Panorama des options de continuation de carrière
- Panorama d'opportunités qui permettent de maintenir une vie active et épanouissante.
- Réflexion sur son parcours : valeurs, motivations, compétences transférables
- Présentation du travail d'intersession

JOUR 3 : LE PROJET DE VIE A LA RETRAITE

- Maintenir le sentiment d'utilité
- Préserver l'équilibre de vie
- Gérer le stress et l'adaptation
- Maintenir et développer son réseau social
- Les aspects juridiques liés aux droits de succession et à la transmission du patrimoine
- Présentation des projets
- Plan d'action personnalisé
- Cartographie des ressources et des freins

Votre intervenant

- Un livret pédagogique qui pourra être utilisé après la formation comme un guide/aide-mémoire un carnet de bord réflexif « mon ikigaï retraite
- Des ressources documentaires, une bibliographie et/ou une webographie

Notre démarche

Nos méthodes s'appuient sur une pédagogie active et participative, pouvant associer, apports théoriques, échanges d'expériences, études de cas et mises en situation professionnelles.

Les méthodes pédagogiques sont adaptées aux objectifs de la formation, afin de favoriser l'acquisition des compétences et la transposition dans les pratiques professionnelles

En savoir plus sur notre approche pédagogique ICI

Livrables

- Un livret pédagogique qui pourra être utilisé après la formation comme un guide/aide-mémoire un carnet de bord réflexif « mon ikigaï retraite
- Des ressources documentaires, une bibliographie et/ou une webographie

Evaluation

- Positionnement du niveau de chacun en préambule
- Évaluation de la progression pendant la formation
- Évaluation finale de l'atteinte des objectifs

À noter que la présence à l'ensemble des séances de formation est nécessaire pour l'atteinte des objectifs de la formation. Les stagiaires et l'intervenant seront ainsi tenus de signer une feuille d'émargement pour chaque demi-journée de formation suivie.

Inter

Jours : 3 jours

Tarif : 1050€ - Déjeuner offert

Paris

Date(s) :

• 3, 4 et 5 Février 2027
• 29 et 30 Novembre + 1 Décembre 2027

Intra

Durée : Adaptable selon vos besoins

Tarif : Devis personnalisé sur demande

Dans votre établissement - Partout en France

Demande de contact
Demande de devis

Dernière modification le 12 novembre 2026 à 11h51

FORMAVENIR PERFORMANCES
139 avenue Jean Jaurès - 75019 PARIS
01 53 19 80 30
contact@formavenir-performances.fr