

SESSION DE PLANIFICATION DE LA RETRAITE

CONSEIL CENTRAL DES LAURENTIDES

7, 8, 21 et 22 novembre 2015 de 9 h à 16 h 15

289, De Villemure, 3^e étage

St-Jérôme (Québec) J7Z 5J5

Animateur : Michel Pigeon

SAMEDI, LE 7 NOVEMBRE

9 h à 12 h

Accueil et présentation

Introduction: « La retraite, ce n'est pas des vacances »

Vivre sa retraite

- Le sens du travail;
- Les changements à entrevoir;
- Les moyens pour s'adapter aux changements;
- Mes forces, intérêts et talents;
- La gestion du temps;
- Les projets de retraite.

12 h à 13 h 15

Dîner

13 h 15 à 16 h 15

Les questions financières I (Représentant de la RRQ)

- Le Régime des Rentes du Québec

DIMANCHE, LE 8 NOVEMBRE

9 h à 12 h

Les questions financières II (Représentant de la CARRA)

- Le régime de retraite de la CARRA

12 h à 13 h 15

Dîner

13 h 15 à 16 h 15

Le capital financier c'est bien, le capital santé c'est encore mieux (Denise Lacourcière)

- Chacun est responsable de sa santé
- Les changements normaux à la cinquantaine;
- Évaluation de votre capital santé;
- Des moyens adaptés pour conserver et augmenter votre capital santé.

SAMEDI, LE 21 NOVEMBRE

- 9 h à 12 h **Les questions légales** (Anne Lajeunesse)
- Les régimes matrimoniaux;
 - Le testament;
 - Le mandat.
- 12 h à 13 h 15 **Dîner**
- 13 h 15 à 16 h 15 **Vivre sa retraite (suite)**

DIMANCHE, LE 22 NOVEMBRE

- 9 h à 12 h **Les questions financières III**
(Présenté par La Capitale)
Planifier ses revenus de retraite
- Préserver votre niveau de vie : Comment y arriver;
 - Des moyens pour réduire l'impôt, combattre l'inflation et des stratégies d'investissements;
 - La protection des survivants, à la base de votre sécurité financière.
- 12 h à 13 h 15 **Dîner**
- 13 h 15 à 16 h 15 **Vivre sa retraite (fin)**
Bilan de la session
Remise des évaluations et
Clôture de la session