

Conférence et Débat du 5 juin 2014

"7 clés pour réussir sa vie de retraité "

Lotilde de Dichenin

Institut METAMORPHOSE

Qui est l'intervenante ?

Lotilde de DINECHIN est consultante spécialisée dans l'adaptation au changement à ces périodes « charnière » que sont aussi bien les débuts dans la vie active qu'un changement d'entreprise ou de poste, la crise du milieu de vie et, bien sûr, la retraite. Elle propose, avec Notre-Dame de Pentecôte, un cycle de 7 demi-journées consacrées à la préparation de la retraite dont le programme sera élaboré à partir des demandes des participants.

Un peu d'histoire :

Le droit à la retraite arrive juste après la Seconde Guerre mondiale. A l'époque, l'espérance de vie est de 67 ans et on part à la retraite à 65 ans. Donc, 2 ans de cotisation. A l'époque toujours, le nombre d'actifs proportionnellement au nombre de retraités est considérable : 31 actifs pour 1 retraité. Aujourd'hui, mis à part les régimes spéciaux, nous avons 17,8 millions de cotisants contre 12,6 millions de retraités. Les femmes ont une espérance de vie bien supérieure aux hommes... La pension moyenne actuelle est de 1 256 €/mois. Et les cotisations entre les hommes et les femmes sont du simple au double. Pour autant, l'espérance de vie s'allongeant, les finances s'affaissant, il est important de prévoir l'avenir pour encore 20 à 40 ans après le départ à la retraite.

Les différents thèmes qu'on peut aborder dans ce cursus :

1. MOINS D'ARGENT (trouver un complément de revenu)
2. PLUS DE TEMPS (gérer son temps)
3. LA VIE SOCIALE (l'activité de cœur où on sera utile)
4. DAVANTAGE A LA MAISON (gérer l'espace vital de chacun)
5. REPENSER LA VIE DE COUPLE (inventer une nouvelle façon de vivre ensemble)
6. 4 GENERATIONS ENSEMBLE (Le rôle des grands parents, le rôle des enfants de parents âgés)
7. VA-T-ON DEMENAGER ?

Pédagogie :

Elle s'inspire de la pédagogie ignacienne, très concrète. Elle donne une réflexion structurante dans laquelle chacun va se situer et discerner ce qu'il veut faire de sa retraite, Quelle activité structurante veut-il trouver pour apporter sa pierre à ce monde ? Une succession de questionnements (avec l'aide de questionnaires) pour mieux se situer et se connaître, une alternance de réflexions individuelles, de partages en petits groupes et de remontées en grands groupes – L'ouverture vers un partage du réseau relationnel des uns et des autres – Des témoins à la retraite.

Peut-on faire venir des collègues incroyants :

Bien sûr. Tout le cursus est traversé par un souci de sens et de cohérence. La spiritualité sera-t-elle abordée ? Lotilde de Dinechin précise qu'elle offre ses formations à NDP parce qu'elle est engagée spirituellement depuis longtemps. dans le Christ.. Elle souhaite que des personnes peu coutumières de l'Eglise puissent se joindre au groupe. Son intervention abordera donc le sens et la cohérence, mais pas directement l'aspect religieux, sauf si son

auditoire le demande.

Une proposition de NDP et METAMORPHOSE :

Se réunir 7 vendredi après-midi d'octobre 2014 à janvier 2015 de 14h à 17h30.

Une deuxième réunion d'information aura lieu le 18 septembre à NDP.

Avec les participants, nous chercherons à extraire de la méthode habituelle qui sera présentée (durée normale de 12 jours) les 7 points qu'ils aimeraient prioritairement aborder. Cette formation aura un coût : 120 € pour les 7 demi-journées (qui sera reversé dans son intégralité à NDP).

Parlez-en autour de vous, prenez des tracts et venez nombreux.

DEBAT :

Partage en sous-groupes :

Quels sont les thèmes qui aideraient chacun à mieux se préparer et pourquoi ?

Quelle partie de la pédagogie proposée est la plus attirante et pourquoi ?

A l'inverse, quelles parties du programme pourraient être supprimées et pourquoi ?

Remontées en grand groupe :

A mettre en priorité dans le programme :

Trouver l'activité où l'on se sent utile et qui donne du sens à sa vie.

Mettre sens, cohérence, spiritualité au cœur de sa retraite

Garder ou se créer un nouveau réseau relationnel (en cas de départ en province...)

A sortir du programme :

Complément de revenu

Evaluer son budget

Les enjeux familiaux couples et intergénérationnels déjà traités par ailleurs

L'espace vital à la maison

Pédagogie attractive :

La professionnalisation de la recherche de l'activité bénévole

L'aspect très précis et guidé de la réflexion (pas d'idées générales ni de théories floues)

Les interactions d'expériences au sein du groupe.