



Délégation Aquitaine

## Préparation à la cessation d'activité professionnelle du 20 au 22 mai 2025

**Lieu : Brivazac**  
**Nombre de places : 12**

### Objectifs :

Apporter des éléments de réponse aux multiples questions que se posent les agents à l'approche de la retraite, afin de les aider à aborder cette période dans des conditions favorisant leur épanouissement personnel.

### Public visé :

Réservé aux agents CNRS partant à la retraite dans les deux ans contactés par le Pôle formation permanente

### Programme :

1ère journée

- La pension civile: Chantal Debreuilly (SPAT : Service des pensions et accidents du travail)
- La retraite du régime général : Christophe Monzelun (CARSAT)

2ème journée :

- Bien vivre sa retraite en la préparant financièrement : Véronique Espaignet (Finances et pédagogie)
- La transmission du patrimoine : Maître Reveleau
- Sensibilisation aux gestes de premiers secours

3ème journée

- Les risques et opportunités : le regard d'une psycho-gérontologue : Estelle Nouhra
- Votre santé vous intéresse ? Catherine Payet (AGIRC-ARRCO)
- L'université du temps libre : Céline Carreau (Oareil )
- Les activités du CLAS pour les séniors et l'Association des Anciens et des Amis du CNRS (A3)

Cette formation devra être suivie dans son intégralité.

### Méthodes pédagogiques :

**Date limite d'inscription : 20/04/2025**

**Modalités d'inscription :**

<https://formation.aquitaine.cnrs.fr/>

**Renseignements :**

**E-mail :** [formation-permanente@dr15.cnrs.fr](mailto:formation-permanente@dr15.cnrs.fr)