

Êtes-vous psychologiquement bien préparé pour la retraite ?

« *Nous vous avons souvent expliqué comment bien préparer « financièrement » sa retraite ». Il a été question de montant de retraite, foncier, capital d'exploitation, mais aussi, de recherche d'un repreneur.*

« *Aujourd'hui, touchons l'aspect psychologique. Nous passons probablement 40 ans à travailler activement. Tous nos choix et habitudes sont teintés par notre travail.* »

« *Si vous ne vous attardez pas à votre « état d'esprit » de futur retraité, vous pourriez avoir de mauvaises surprises. Au lieu de vous sentir « libéré et excité », sans préparation, vous pourriez plutôt être « anxieux et inquiet ».*

« *Les gens dévoués entièrement au travail sont susceptibles de ressentir un grand vide. Comme le travail définit leur statut social, certains ont peu de fréquentations à l'extérieur de leur vie professionnelle. Dès que l'occupation principale cesse, c'est toute l'existence qui est bouleversée »*

« *S'adapter à la retraite est difficile ».*

« *Pour mieux se préparer, il faut trouver SES réponses à ces questions importantes » :*

- *Pourrais-je cesser progressivement de travailler ?*
- *Quelles sont mes loisirs, passe-temps... préférés ?*
- *Quelles sont les causes sociales qui m'interpellent ?*
- *Avec qui aimerais-je passer plus de temps ?... etc.*

« *Ces réflexions permettront de s'identifier à autre chose. Il faut trouver un ou plusieurs but qui paraît peut-être secondaire aujourd'hui, mais déterminant à long terme. Et rappelez-vous que le meilleur moment pour préparer votre retraite est AVANT de la prendre ».*

[Source : Fabien Major, Êtes-vous psychologiquement bien préparé pour la retraite ? ; 2 juillet 2019, consulté sur le site https://www.journaldemontreal.com/2019/07/02/etes-vous-psychologiquement-bien-prepare-pour-la-retraite](https://www.journaldemontreal.com/2019/07/02/etes-vous-psychologiquement-bien-prepare-pour-la-retraite)

En 2020, un Point Info Transmission est labellisé par l'Etat et la Région dans chaque département du Grand Est pour répondre aux questions des exploitants s'interrogeant sur la transmission de leur exploitation.

Le Point Info Transmission, pour vous renseigner

La cessation d'activité, comme la transmission d'une exploitation agricole, est une étape important dans la vie de l'entreprise, que ce soit sur des aspects sociaux, fiscaux, juridiques, patrimoniaux. A ce titre, cette étape se prépare et pour que cela se passe au mieux, il est vivement conseillé d'**anticiper** ! Différents interlocuteurs seront à mobiliser pour vous conseiller et vous accompagner dans les démarches que vous devrez réaliser. Pour amorcer cette étape et étudier votre situation, vous pouvez

prendre contact avec le **Point Info Transmission**. En effet, depuis le 1^{er} janvier 2020, la Région et la Draaf Grand Est ont labellisé une structure par département comme Point Info Transmission (les Chambres départementales d'agriculture et l'Adasea pour la Marne).

Un lieu d'accueil unique pour connaître les démarches de transmission

L'objectif du PIT est d'accueillir tous les exploitants s'interrogeant sur la transmission de leur exploitation. Lors de ce rendez-vous individuel et gratuit, le futur cédant recevra les informations sur les différentes étapes de la préparation de la transmission, en particulier les écueils à éviter. Il sera orienté vers les structures partenaires les plus à même de l'accompagner en fonction de ses besoins. Il sera également informé des différents dispositifs d'accompagnement et d'aide à la transmission dont il pourra bénéficier en fonction de son projet.

Il est conseillé de prendre rendez-vous avec un conseiller du PIT environ 5 ans avant le projet de cession d'exploitation.

Contact Point Info Transmission

Amandine CUENOT
03.24.56.58.34
pit08@ardennes.chambagri.fr