

ACCOMPAGNER LES FUTURS RETRAITÉS DANS LEUR TRANSITION DE VIE

Quitter son activité professionnelle signifie abandonner ses habitudes, son mode de vie pour se tourner vers une activité, d'autres projets, d'autres modes de vie. Trouver lesquels est parfois déstabilisant, un accompagnement facilite cette transition et permet au futur retraité de se projeter dans un futur plus ou moins proche.

LES OBJECTIFS

Aborder positivement la transition de sa Vie professionnelle vers sa retraite

Se projeter dans l'avenir, préparer le futur

Anticiper les avantages et difficultés de la nouvelle situation.

LE PUBLIC

Toute personne susceptible de partir en retraite à court ou moyen terme :

Indépendants, Salariés, Chefs d'entreprise

NOTRE METHODOLOGIE

Un cadre et un processus d'accompagnement à la réflexion

Associés à des outils permettant de développer sa créativité

La rédaction d'un plan d'action pour le futur

PROGRAMME

Comprendre les processus de changements induits par la retraite : où suis-je ?

Sortir de son cadre de référence, et exprimer ses souhaits et craintes, Comprendre les étapes d'un changement pour mieux se situer

Piloter ce changement, et connaître ses atouts : qui suis-je ?

Se connaître soi : valeurs, goûts, croyances, Connaître ses compétences et qualités, Faire un état des lieux de son environnement : famille, finances, rôle social.

Préparer son futur : où vais-je ?

Respecter ses équilibres, Créer son ou ses projets, Préparer leur mise en œuvre

Plan d'action individuel :

Dessiner son futur

POINTS FORTS

- ✓ Un accompagnement complet : mieux se connaître, rêver ses projets, préparer la mise en œuvre au moyen d'exercices, d'apports théoriques, de jeux. Un mélange de travail personnel et de travaux de groupe.
- ✓ Un accompagnement post formation : fourni à la demande, si la personne souhaite aller plus loin dans sa réflexion ou dans la réalisation de son projet



**2 JOURS GROUPE
1 JOUR INDIVIDUEL**



**Inter : 1000 euros HT
Intra : Nous consulter
Hors frais
d'hébergement et de
repas**