



“Préparer sa retraite pour mieux vivre le changement.”



INFORMATIONS



Pré requis

aucun



Groupe

De 4 à 8 personnes



Durée

2 jours



Modalités

En présentiel

Inscription avec bulletin



Suivi et validation de la formation

QCM en fin de stage
Attestation de stage



Contact

Tél : +33 6 614 615 66

E-mail : rhyslane@envol.blue

Investissement personnel

Mise en situation

Développement personnel

Méthodes pédagogiques

Etudes théoriques et méthodiques.

Analyses de situations concrètes personnelles et pédagogiques

Outils pédagogiques

Partage d'expériences, apports théoriques, mise en situation, tests, exercices, auto-évaluation et autodiagnostic.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Être serein face à son prochain chapitre de vie.

Elaborer sa stratégie de nouvelle vie.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Acquérir des outils pour anticiper les changements à venir.

Développer une vision positive et constructive de son nouveau chapitre de vie.

Identifier ses besoins et envies.

Poser un regard bienveillant sur son parcours professionnel et identifier les éléments à transmettre.

Définir un objectif de nouvelle vie court, moyen et long terme.

PROGRAMME

Apprendre à se connaître :

- Créer son blason
- Son propre positionnement face à la retraite
- Ses valeurs qui nous animent
- Apprendre à les nourrir pour un nouveau chapitre

Savoir faire le tri pour avancer :

- Est-on prêt au changement ?
- Identifier ses freins
- Les phases du deuil

Transmettre son savoir -faire :

- Le temps du cœur
- Et si la vraie vie commençait maintenant ?
- Créer un lien intergénérationnel

Elaborer sa stratégie de nouvelle vie :

- Les moments clés de sa vie professionnelle
- Donner du sens à ses projets
- Partez à la découverte de vos besoins
- Bilan de vie
- Définition d objectif pour son nouveau chapitre de vie

A qui s'adresse ce stage ?

Personnes en Préparation à la Retraite : Les individus qui se préparent à prendre leur retraite peuvent bénéficier de ce stage pour mieux comprendre les aspects émotionnels, psychologiques et pratiques de cette transition.

Personnes en Période de Transition Professionnelle : Ce stage peut également être utile pour les personnes en période de transition professionnelle, qu'il s'agisse de retraite anticipée, de changement de carrière ou d'une nouvelle phase de la vie.

Personnes Cherchant à Donner un Nouveau Sens à leur Vie : Les participants qui souhaitent explorer de nouvelles possibilités, donner un sens à leur retraite et développer leur projet de vie pour cette étape peuvent également trouver ce stage pertinent.