

Formation Action – BILAN - SENIORS

Se préparer à la RETRAITE et réussir cette transition de vie

Individuel à Paris

Durée : 12 à 20 H en face à face

La durée est déterminée, suite à un 1^{er} contact tél. avec le Départ. RH ou l'intéressé et un entretien préliminaire d'investigation, en face à face.

Dates : en sessions de 2 ou 3 heures, choisies avec le stagiaire et son Entreprise, sur une période de 6 à 10 semaines.

Inter-sessions : le stagiaire devra consacrer environ 10 Heures à la mise en application.

Lieu : en nos bureaux dans le 13^{ème} à Paris

Prix HT : fixé, sur base du nombre d'heures de face à face.

La proposition mentionne le nom de l'Animateur choisi et comprend le Devis et la Convention de formation tripartite.

Animateurs

J-Claude BUCHENAUD
Najet COPELLO
Marie GENDRON
Marie-Hélène LAUGIER
Alain LEFEBVRE
Marie Paz OBISPO
Alexandre STSERBAKOV

CONTEXTE :

Si le moment de prendre sa retraite recule dans l'échelle des âges, il n'en reste pas moins un changement majeur dans l'équilibre de vie, trouvé jusque là au sein d'une ou plusieurs Entreprises.

Aussi cette période de vie mérite que l'on y consacre une réflexion d'anticipation et constructive intégrant les différents constituants de notre situation.

Comme l'espérance de vie augmente, l'on sera exposé à une retraite qu'il conviendra de gérer dans la durée, en sachant franchir de nouveaux changements : les nôtres et ceux de notre environnement.

OBJECTIFS :

A l'issue de cette formation, le stagiaire disposera des moyens pour :

- concevoir et mettre en œuvre son projet de retraite en temps opportun,
- intégrer les composantes constituant sa personnalité, ses proches et son environnement général, en respecter "l'écologie",
- se préparer à la retraite et y associer son entourage,
- opérer, dans les meilleures conditions, les changements prévus ou qui s'imposent.

PUBLIC : Cadres, Maîtrise, Techniciens,...

Condition particulière : Cette formation est réalisée en individuel. Le stagiaire doit marquer son accord sur le caractère volontaire et confidentiel de sa démarche ; pour ce faire, une Convention de formation tripartite est établie.

THÈMES abordés

Fonder ma démarche

Repérer son déclencheur et valider mes motivations
Déterminer les objectifs visés. Prendre en compte les 5 qualités d'un objectif performant

Reconnaître les bases de ma trajectoire de vie

M'approprier mes moteurs, savoirs et valeurs
Ecouter mon besoin profond, au niveau de ma mission
Inventorier les composantes présentes de ma situation
M'appuyer, si nécessaire, sur un Inventaire de Personnalité approprié pour compléter mon analyse consciente

M'ouvrir au futur

Adopter des attitudes créatives
Décrire les composantes de mon identité qui en découlent
Identifier les activités potentielles
Explorer les conditions géographiques
financières
relationnelles (familiales, amicales,...)
de santé
d'organisation du temps,...

Reconnaître les changements présents et à venir s'avérant nécessaires
Anticiper mes réactions émotionnelles et celles de mes environnements, face aux étapes à franchir et acquérir des moyens de les gérer

Choisir le chemin le plus propice à un nouvel équilibre de vie

Vérifier la faisabilité et l'écologie des projets
Choisir le projet dans lequel m'investir
S'assurer des moyens matériels
Planifier l'action

Tout au long de la formation, le stagiaire aura établi, un dossier personnel contenant les méthodes travaillées, les données le concernant établies lors des exercices et la synthèse réalisée avec le Formateur. Cette synthèse est strictement personnelle et il l'utilise à sa guise.