



Ma Stratégie RETRAITE



Seniors
Formation

Réf : PREPA_3_2_1 :
« Réussir sa transition entre
la vie professionnelle et la retraite »



Datadock
Organisme
Référencé

Objectifs

Cette formation a pour objectif de proposer à des seniors une opportunité de :

- Appréhender les enjeux de la cessation d'activité professionnelle
- Comprendre les changements qu'entraîne le départ à la retraite et les éventuels freins au départ
- Choisir sa date de départ et prendre la décision en toute sérénité
- Aborder une réflexion sur l'organisation de sa nouvelle vie de retraité

La finalité est une prise en main de sa retraite afin d'en être le véritable acteur

Public

Toute personne qui souhaite anticiper et préparer sa transition entre vie professionnelle et retraite

Parcours pédagogique

Les enjeux de la fin de carrière et du départ à la retraite

- Conséquences sur la vie professionnelle
- Impacts sur la vie personnelle

Les appréhensions

- La perception de ce changement
- Les aspects positifs
- 40 questions à se poser pour faire le tour de la situation
- Sortir de son cadre de référence
- Les phases du changement
- Et, si on est pas prêt à s'arrêter de travailler...

Organiser sa nouvelle vie à la retraite pour mieux en Profiter

- La gestion du temps
- Penser à soi
- Ce qu'il y a à mettre en œuvre, les freins à l'action et l'engagement
- Mettre en place son projet en prenant en compte ses motivations

Pré requis

Aucun pré requis n'est exigé.

Moyens pédagogiques

- Exposés
- Etudes de cas concrets
- Paper board
- Présentation power point
- Livret remis aux participants

Suivi et évaluation

- Questions réponses
- Fiches d'évaluation de la formation
- Evaluation de la qualité de la formation
- Attestation de formation

Type de formation :

- En présentiel (INTRA/INTER)
- A distance (Class Room)

Durée

1 jour (7 heures)