

RH, COMPÉTENCES & TRANSITION PROFESSIONNELLES

Se préparer sereinement à la retraite

Anticiper la transition vers la retraite, clarifier ses priorités et construire un nouvel équilibre de vie.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre les enjeux personnels et professionnels liés au passage à la retraite
- Faire le point sur leurs ressources, besoins et priorités de vie
- Explorer différents scénarios d'organisation de la retraite
- Anticiper les équilibres de rythme, de relations et de santé
- Construire un plan de transition réaliste pour les mois à venir

Programme

- Comprendre la retraite comme une transition de vie
- Faire le point sur ses ressources, besoins et priorités
- Explorer différents scénarios de retraite
- Anticiper les équilibres de rythme, de relations et de santé
- Construire un plan de transition à court et moyen terme

Modalités pédagogiques

Ateliers de réflexion et de projection alternant travail individuel et échanges en sous-groupes. Utilisation d'outils d'analyse et de planification permettant de structurer un projet de retraite.



N'Gaye Traoré

Dirigeant | Conseiller en évolution professionnelle

il accompagne les parcours et transitions grâce à son expertise en RH, recrutement et techniques de recherche d'emploi, avec une approche pragmatique et orientée résultats.

Peggy ALLARD

Conseillère | Coach | Formatrice

Conseillère en bilan de compétences, coach et formatrice, elle accompagne les transitions professionnelles et le développement de carrière par une approche globale alliant posture professionnelle et gestion émotionnelle.

Pour qui ?

- Salariés en fin de carrière
- Cadres et dirigeants
- Professionnels en phase de préparation à la retraite

Conditions d'accès & prérequis

Aucun prérequis.



Modalités d'évaluation

Auto-positionnement en début et fin de formation, évaluation des travaux réalisés et élaboration d'un plan de transition individuel.

Modalités pratiques

Durée : 2 jours (14 heures)
Option possible : 1 jour + séance de consolidation (3h30)

Lieu : Présentiel / Distanciel

Effectif : 6 à 12 participants

Les sessions se déroulent toute l'année.
Les inscriptions sont possibles à tout moment.



Formations accessibles aux personnes en situation de handicap. Adaptations possibles.
Pour toute demande, contacter le référent handicap.

Prix

Sur devis

Financement possible

Plan de développement des compétences – OPCO