



Accompagner les seniors en fin de carrière

Durée 4 jours

DESCRIPTION DU PROGRAMME DE FORMATION

1. Aborder la retraite avec quiétude et des projets – 2 jours

- ❖ Aborder sereinement ce changement de vie
- ❖ Se voir dans sa globalité personnelle et professionnelle
- ❖ Se recentrer sur soi
- ❖ Définir ses valeurs personnelles
- ❖ Formaliser et harmoniser son projet de vie
- ❖ Développer des relations harmonieuses avec les autres
- ❖ Gérer son capital santé

2. Préparer et s'impliquer dans sa fin de carrière – 2 jours

- ❖ Définir ses attentes
- ❖ Se voir dans sa globalité personnelle et professionnelle
- ❖ Explorer ses sources de motivation
- ❖ Définir sa mission, son rôle dans l'équipe et ses objectifs personnels
- ❖ Réactualiser ses connaissances
- ❖ Développer de nouvelles compétences
- ❖ Valoriser la transmission des connaissances et de la richesse de l'entreprise
- ❖ S'impliquer dans la formation des plus jeunes
- ❖ Passer d'un rôle de pouvoir à celui de conseil