

Retraite

Préparer sa retraite

2 jours pour prendre le temps d'échanger avec ses pairs, pour se donner un espace de réflexion, partager et / ou découvrir des idées...



Public cible : toutes celles et tous ceux dont le départ à la retraite approche (dans l'année qui suit)



Durée
14h

OBJECTIFS

- Prendre de la hauteur sur son contexte individué de départ à la retraite
- Etre au clair sur les différentes démarches afin de ne rien oublier
- Se préparer au changement
- Prendre le temps de réfléchir à ses envies

DÉROULÉ



Je m'engage à progresser sur quoi d'ici la fin de la formation

- **Poser les bases** du projet de vie
 - Réglementation et **plan administratif** : j'ai pensé à tout
 - Mes **contacts** en **interne**
 - Un **nouveau départ**, auquel se **préparer**
- **Eclairer mes choix**
 - Une **autre relation au temps**
 - **Prendre soin de soi** tête, cœur et corps et zoom sur **la mémoire**
 - Mes **nouveaux piliers** et **projet de vie** grâce au blason ou à l'arbre créateur

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES



Questionnaires



Feedbacks et debriefs



Travaux en sous-
groupes et binômes



Séquence vidéo

LIVRABLES



Applications café
découverte,
communauté



Check list, la
marguerite du
temps



Engagement et
plan d'action
personnel