

Réussir son départ en retraite

La transmission du savoir-faire

1^{ère} journée

Organiser son départ de façon professionnelle

- Mesurer l'impact de son départ pour l'entreprise. L'art de se désengager de façon progressive.
- De la redistribution du pouvoir à celle du savoir : comment former ses collaborateurs aux techniques et aux comportements clés. Une méthodologie pour le transfert des compétences.
- Mesurer l'ampleur du changement personnel à accueillir : rythmes, activités, statut, relations, temps retrouvé. De la retraite-vieillesse à la retraite-métamorphose.
- Affronter les anxiétés liées à la transformation : incertitudes, peur de (se) perdre, deuil des relations professionnelles. Comment éviter l'impasse du repli sur soi.

Construire de nouveaux projets

- Le temps du bilan : reconnaître son profil spécifique et les besoins particuliers qui s'y rattachent ; faire l'inventaire de ses rêves non réalisés et de sa zone d'excellence.
- Explorer de nouvelles pistes en adéquation avec sa réalité authentique : loisirs, sorties, voyages, engagement (bénévole ou rémunérateur) au sein d'une autre activité professionnelle.
- Construire une vie nouvelle des choix stimulants : lieux de résidence et d'activités, environnement naturel et social.
- Se reconstruire aussi de l'intérieur. Oser remettre en cause son système de valeur et son rapport au temps. Le temps de l'authenticité.

2^{ème} journée

Gérer son capital

- Suivre la transmission de son patrimoine. Savoir s'entourer des meilleurs conseillers.
- Protéger son capital-santé : la nécessaire surveillance médicale. Prévenir et retarder le vieillissement. Se donner les moyens de rester en pleine forme : aliments légers, sports doux, équilibre de vie stimulant.
- Gérer son nouveau capital-temps : les rêves d'enfance et les rêves de couple enfin réalisés, l'organisation de beaux voyages à prix malins : le temps des nouveaux routards. A la poursuite du soleil pendant les jours d'hiver.
- Activer son capital intellectuel. Stimuler sa mémoire et son intelligence : la redécouverte du plaisir d'apprendre, de la création artistique, de la lecture, de l'écriture, de la culture et de la nature.

Réinventer ses relations

- Se retrouver (et quelquefois se rencontrer enfin), hors du contexte de l'urgence et des obligations tout en maintenant intacte sa disponibilité à de nouvelles rencontres.
- Utiliser le changement pour solder ses comptes avec ses proches : le temps de la réconciliation.
- Profiter du temps retrouvé pour renouveler ses relations : conjoint, enfants, petits enfants, frères et sœurs, parents âgés, anciens amis mais également vie associative, clubs sportifs, engagements sociaux.
- Oser construire des amitiés nouvelles et notamment avec des jeunes. Les ressources de la vie associative, du voyage partagé, de la retransmission des savoir-faire et des savoir-être.



PARTICIPANTS

COLLABORATEURS CONCERNÉS PAR LEUR FUTUR DÉPART EN RETRAITE (À PLUS OU MOINS LONG TERME).

ENTREPRISES DÉSIREUSES D'ACCOMPAGNER LEURS COLLABORATEURS DANS LA RECONSTRUCTION DE LEUR NOUVEAU MODE DE VIE.



OBJECTIFS

- Organiser son départ, redistribuer judicieusement et méthodiquement les savoir-faire et les savoir-être essentiels.
- Anticiper le changement à venir en préparant activement dès aujourd'hui un nouveau mode de vie plus authentique.
- Prendre du recul avec les anxiétés liées au changement en optimisant son capital physique, social et intellectuel.
- Renouveler son protocole de relation avec ses intimes, ses anciens amis, ses nouveaux amis... soi-même.

DURÉE : 16 heures réparties sur **2 jours** consécutifs (horaires 9h-17h30)

PRIX : 990 € HT (1 184,04 € TTC)



Repas du midi offert

- Formation adaptable en intra
- Éligible au DIF

LE PLUS

- Une formation constructive résolument orientée vers le futur.

Pour tout renseignement, contactez-nous au **01 64 23 68 51**