

## Gérer sa fin de carrière en favorisant son équilibre de vie

### Public :

Tous les collaborateurs concernés par un départ prochain à la retraite

### Objectifs :

A l'issue de cette formation, le bénéficiaire sera capable de :

- Analyser ses motivations et ses intérêts professionnels et personnels pour gérer la fin de carrière
- Identifier ses valeurs, ses compétences et aptitudes clés
- Gérer l'organisation de sa fin de carrière et sa transition vers la retraite

**Prérequis :** Aucun

### Pédagogie et évaluation :

- Méthodes et outils adaptés à la modalité pédagogique : exposés dynamiques, échanges de pratiques, écoute active, quiz, exercices individuels et collectifs
- Un QUIZ de validation des acquis de connaissances est réalisé en fin de chaque module

### Moyens pédagogiques nécessaires :

- Vidéoprojecteur
- Tableau blanc

### Sanction de la formation

- A l'issue de la formation, un questionnaire d'évaluation à chaud puis à froid
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence
- Une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

**Intervenant(s) :** Briac Reneaume, formateur et consultant en bilan de compétences (Tel: 0667753043, Mail: [briac@jubiliz.fr](mailto:briac@jubiliz.fr))

**Accessibilité :** Si vous avez besoins d'aménagements spécifiques (pédagogie ou accessibilité physique/numérique) pour suivre le parcours merci de contacter notre organisme

**Tarif :** 3 500 € net de taxe pour un groupe de 10 personnes maximum

### Déroulé :

Durée : 3 demies journées de 3h30

Lieu de formation : à définir avec le client

Assistance : Une assistance technique et pédagogique est disponible tout au long de la formation

Date des séances collectives :

A définir avec le client

### Programme :

Les motivations et intérêts professionnels et personnels :

- Analyser sa vie professionnelle
- Analyser sa vie personnelle
- Analyser ses engagements extra-professionnels

L'équilibre de vie :

- Découvrir les dimensions de l'expérience
- Savoir choisir et garder le contrôle sur ses occupations

Connaissance de soi :

- Identifier ses valeurs et ses compétences
- Prendre conscience des compétences à transmettre

Gestion de la fin de carrière :

- Faire des choix pour l'organisation de la fin de carrière
- Définir un plan d'action individuel