

En France, les entreprises ont des obligations envers leurs salariés proches de l'âge de la retraite, visant à faciliter la transition vers la retraite et à assurer une cessation d'activité dans des conditions optimales.

Les principales obligations et mesures prévues par la législation sont : l'entretien professionnel tous les 2 ans, un entretien spécifique à 45 ans, l'aménagement de fins de carrière, prévention de la pénibilité, ou encore l'information sur les dispositifs retraite existants ou certains accords collectifs ou plans d'action peuvent prévoir des dispositions liées à la GPEC.













Nous proposons ici aux entreprises ou directement aux futurs retraités de se préparer à s'engager positivement vers ce nouveau cap, comme on prépare son jour de mariage un an à l'avance ou encore l'arrivée d'un nouvel enfant pendant les 9 mois de grossesse.

Nous vous invitons 18 ou 24 mois avant ce voyage, d'agir ensemble pour connaître vos atouts, vos forces, vos axes de progrès et points de vigilance à avoir sur tout le chemin que vous propose ce nouveau cap.

Pas de sprint à faire, bien au contraire se préparer autant que possible à un engagement de fond et profond.

C'est pourquoi cette formation s'appuie sur un outil innovant pour faire ce cheminement : le coffret « retraite » d'1 temps pour soi by 2 Minutes de bonheur ![®]

Chaque apprenant part avec le coffret « retraite » comprenant les 8 livrets de mise en action + une carte mentale + un crayon. Nous le complétons avec votre ikigai + des fiches d'informations + des fiches d'actions, etc.

 Durée : 2 jours : 2x 7h ou en 4 demi-journées	 Profils des apprenants : Toute personne désirant vivre pleinement et positivement ce nouveau cap.
 Prérequis : L'apprenant doit être entre 18 et 24 mois de s'engager vers ce nouveau cap.	 Accessibilité : merci de nous en faire part.
 Délais d'accès : 3 semaines	 Qualité et indicateurs de résultats : Taux de satisfaction - Taux de réussite au quiz de fin de formation
 Modalités d'inscriptions : Faire une demande par mail à contact@humanis-consult.fr ou téléphoner au 06.61.51.89.85	 Tarif : 560€ Entreprise nous demander
 Equipe pédagogique Patricia Dubos Consultante Formatrice. Diplômée d'un MS MSAIS à Kedge BS Bordeaux Formée au support du coffret Retraite 1temps pour soi by 2 minutes de bonheur ! [®]	 Fin de la formation : Une attestation de fin de formation est délivrée
 Moyens pédagogiques et techniques <ul style="list-style-type: none"> • Coffret Retraite 1 temps pour soi by 2 Minutes de bonheur +outil je trouve mon ikigai + carte mentale • Diaporama PowerPoint • Vidéos • Exercices de mises en pratiques • Support de formation papier 	 Évaluations et suivi <ul style="list-style-type: none"> • Avant : autodiagnostic pour faire le point sur vos besoins et vos connaissances. • Pendant : autodiagnostic, test de connaissance, mise en situation • Après : questionnaire d'évaluation des acquis

Objectifs pédagogiques

- Connaître ses ressources de départ et ses besoins intermédiaires
- Prendre conscience de son potentiel
- Définir des objectifs et projets de vie à court, moyen et long terme
- Déterminer ses besoins et les moyens nécessaires à la mise en œuvre

Contenu de la formation

o État des lieux :

- o Mes ressources et mes provisions
- o Ma santé et ma vitalité
- o Mon moi intérieur et mon toit extérieur

o Ouvrir les champs du possible :

- o Apprivoiser ses émotions
- o Faire de ses forces des leviers

o Accepter son point d'équilibre :

- o Rythmer sa vie au respect de soi
- o Structurer harmonieusement son espace personnel, familial et social

o: Mise en action

- o Définir sa raison de vivre, d'être .
- o Oser le changement
- o Agir avec méthode