RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

GRETA HAUTS-DE-SEINE ACADÉMIE DE VERSAILLES

Réseau des GRETA de l'académie de Versailles

BILAN - RE-TRAITER SA VIE

GRETA des Hauts-de-Seine (92)

Nanterre - Boulogne Billancourt - Asnières sur Seine

OBJECTIFS

Préparer un changement, mener une démarche de réflexion, accepter cette nouvelle situation de futur retraité, anticiper cette transition et les changements associés.
Mieux appréhender la fin de vie professionnelle et préparer la transition vers la retraite avec l'élaboration d'un projet personnel.
Prendre conscience de ses désirs, de ses valeurs, de ses talents et de ses ressources mobilisables pour la construction d'un avenir confiant

CONTENU

La prestation Re-traiter sa vie se déroule en collectif de 6 personnes maximum, en présentiel sur une durée de 21 heures réparties sur 3 jours, dont 2 consécutifs.
Jour 1 :
Module introductif : donner des repères aux participants et amorcer une dynamique de groupe
Historie de vie : permettre aux participants de comprendre ce qui se jour à ce moment précis de leur vie et donner du sens à leur histoire personnelle, professionnelle et familiale.
Jour 2 :
Articuler travail et retraite : faire le point sur l'implication dans le travail et donc la place du travail.
Permettre au bénéficiaire de discuter autour de ses perceptions, ses craintes, ses espoirs relatifs à la retraite.
Identifier les changements induits par la retraite.
Identifier ses propres ressources pour gérer le changement.
Jour 3 :
Quels projets ont du sens pour moi ? Définir ce qui est important dans la vie pour le participant et ce qu'il veut privilégier dans sa vie.
Construire la liste des domaines d'investissement et projets possibles. Se reconnaître : poursuivre son développement personnel
Assister le processus qui consiste à redéfinir/renforcer son identité en dehors de l'activité professionnelle.

PUBLICS

- Individuel
- Salarié

DURÉE

De 21 h

DATES

Date de début : 15 novembre 2023
Date de fin : 31 décembre 2026

PRÉ-REQUIS

Sans pré-requis
Le bilan fin de carrière - retraiter sa vie est une démarche volontaire introspective.

NIVEAU DE SORTIE

Sans niveau

VALIDATION

- Attestation de fin de formation

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Formation de groupe

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Prestation mixant éventuellement collectif et individuel, accompagnée par une équipe pluridisciplinaire de coach, psychologues, conseillers formés en ressources humaines et à l'analyse du travail.

Pour plus de renseignements, merci de nous contacter par mail à dabm-greta92@ac-versailles.fr ou par téléphone 01 47 75 97 30

COÛT

2000€

FINANCEMENT

- Auto-financement
- Entreprise et OPCO

DOMAINES PROFESSIONNELS

- Développement professionnel et personnel

CONTACT

DABM des Hauts-de-Seine
Jamila ABIDI
Téléphone : 01 47 75 97 30
Email : dabm-greta92@ac-versailles.fr

RÉFÉRENT HANDICAP

Carole Marie
contact@greta-92.fr

ACCESSIBILITÉ HANDICAP

Les établissements de réalisation des actions de formation du Greta étant majoritairement des ERP (établissement recevant du public), les règles d'accessibilité pour les personnes en situation de handicap sont appliquées.
Le Greta vous accompagne avant, pendant et après votre parcours.
Un référent handicap complète une équipe dédiée pour mobiliser les ressources matérielles, pédagogiques et organisationnelles et ainsi faciliter votre réussite.

Fiche mise à jour le
19 juillet 2024