



**CONSULTING
& FORMATIONS**

MODALITÉS & INSCRIPTIONS



DE 4 À 15
PERSONNES



**LIEU
& ACCÈS**

à définir avec le client



**TARIFS
& FORMATS**

Nous consulter



CONTACT

Infos & aménagements
particuliers

ESTELLE SOSSON MICHOT

06 79 91 26 75

estelle.michot@emi-consulting.fr

ACCOMPAGNER SA RETRAITE

COMPRENDRE, CHOISIR, S'APPROPRIER SA TRANSITION

OBJECTIFS

IDENTIFIER LES CHANGEMENTS ET ABORDER LA RETRAITE
AVEC PLUS DE QUIÉTUDE

ANTICIPER LES CHANGEMENTS QUI SUIVENT
IMMÉDIATEMENT LE DÉPART

IDENTIFIER SES BESOINS POUR CONSTRUIRE
UNE NOUVELLE ÉTAPE DE VIE ÉPANOUISSANTE

POINTS CLÉS

LE DÉROULEMENT DU PROGRAMME EST INDICATIF
LE PROGRAMME EST AJUSTÉ À LA DYNAMIQUE DU GROUPE

- 1 CARTE MENTALE PERSONALISÉE DE LA RETRAITE
- 2 ESPOIRS ET APPRÉHENSIONS
- 3 PROCESSUS DE CHANGEMENT - IMPORTANCE
DES RITUELS
- 4 OUTILS POUR MIEUX S'ACCOMPAGNER
- 5 INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE, STRESS ET SANTÉ

PÉDAGOGIE

DE L'APPRENTISSAGE À L'EXPÉRIENCE VIVANTE ET DURABLE

MÉTHODES INTERACTIVES ET PARTICIPATIVES

Réflexion collective et ateliers en sous- groupes - Co-construction de solutions

APPROCHE CENTRÉE SUR LA RÉALITÉ PROFESSIONNELLE

Analyse du vécu des participants et des résonances

SYNTHÈSE COLLECTIVE EN FIN DE SESSION

Ancrer les apprentissages et dégager les directions à privilégier

PLAN D' ACTIONS PERSONNALISÉ

Faciliter le passage à la pratique et l'intégration durable des acquis