



Cabinet Afrique-Stratégies

01 BP 373 Abidjan 01. Tél. : 20 32 19 75/ 20 32 09 25/ 07 13 58 78/ 45 27 79 74 - Fax: 20 33 21 14

NOS FORMATIONS INTERENTREPRISES ANNEE 2021



*Banque, Finances & Microfinance- Organisation & Gestion d'Entreprises- Stratégie & Culture d'Entreprise
Ingénierie & Conseils en Formation- Audit & Contrôle de Gestion- Communication & Marketing.*

Comment Préparer et Vivre sa Retraite

Partir positivement à la retraite valorise tout autant la personne concernée que son entreprise.

Lieu de réflexion et d'échanges, cette formation de préparation à la retraite est une occasion unique d'envisager son départ en construisant son avenir sur :

Le capital santé :

Le moyen de bien vivre le passage vers cette nouvelle étape de vie.

Améliorer sa santé et ses performances en passant par la nutrition et le mouvement d'une manière naturelle. Un nutritionniste présente aux participants, ces thématiques d'une manière ludique, innovante, remplies d'anecdotes souvent inspirées d'expériences vécues.

Le capital matériel :

L'accompagnement dans la transition d'une vie professionnelle vers un nouvel horizon et de nouvelles perspectives en ayant une meilleure connaissance des aspects administratifs, financiers, successoraux et sociaux afin de préparer et bien vivre sa retraite.

Ce séminaire fournira une information claire et complète permettant de comprendre les composantes et mécanismes qui peuvent conditionner les niveaux du budget, de la prévoyance, des finances ainsi que de la succession.

Trois professionnels dans les domaines des finances, des assurances sociales et juridiques accompagnent les stagiaires dans cette transition.

Le capital relationnel :

L'anticipation et la planification de nouvelles activités et projets, petits et grands. Le départ à la retraite, en provoquant inéluctablement une rupture de rythme et d'habitudes de vie, génère régulièrement des angoisses pour l'avenir. Mais aujourd'hui, grâce au recul des déficits associés à l'avancée en âge, quitter la vie active n'est plus synonyme « d'activité zéro ».

A condition d'avoir bien préparé la transition, nombre de retraités parviennent en effet à organiser plus qu'agréablement leur nouvelle vie. Des professionnels du domaine social-ressources humaines aident les apprenants à aborder la retraite avec plus de sérénité, ouvrir des pistes de réflexions, définir leur projet de vie à l'aide d'exemples et de témoignages.

Elle facilite le passage de cette étape importante dans une optique de renouveau.

Cible :

- Collaborateurs devant faire valoir leurs droits à la retraite ;

- Délégués de personnel ;
- Toute personne intéressée par cette formation.

Objectifs de la Formation :

- Calculer, déterminer ses droits à la retraite et savoir effectuer les démarches administratives qui y sont liées ;
- Se familiariser avec les dispositifs pour gérer et optimiser son patrimoine ;
- Mesurer l'importance d'un nouveau projet de vie pour avoir une retraite active et épanouie ;
- Préserver sa santé et développer une nouvelle hygiène de vie pour trouver son équilibre ;
- Mener sa réflexion pour élaborer et construire un projet de vie en adéquation avec ses motivations profondes.

Contenu de la Formation :

Prendre Conscience des Changements Liés au passage de la Vie Active à la Retraite :

- Préparer sa sortie professionnelle avec son employeur ;
- Intégrer les futurs changements de rythmes, de statuts et mesurer les impacts sur la vie rationnelle et sociale ;
- Partir sereinement : se préparer à transmettre ses compétences ;
- Repérer et satisfaire ses besoins fondamentaux : physiques, sociaux, intellectuels et les valeurs qui s'y rattachent.

Connaître, Calculer, ses Droits et ses Futurs Revenus:

- S'informer sur ses droits et élaborer son dossier de retraite ;
- Gérer son patrimoine et préparer sa succession ;
- Harmoniser son projet de vie avec ses valeurs personnelles.

Elaborer un Nouveau Projet de Vie et S'Inscrire dans une Dynamique d'Action:

- Intégrer les évolutions des relations qui régissent la cellule familiale : couple, enfants, petits enfants, parents âgés ;
- Cerner ses motivations profondes, identifier ses besoins fondamentaux et dresser la cartographie de ses compétences ;
- Se fixer des objectifs et élaborer un projet de vie à court, moyen et long terme en phase avec ses aspirations ;
- Construire une nouvelle image de soi positive.

Développer une Nouvelle Hygiène de Vie pour Optimiser son Potentiel et Préserver sa santé:

- Entretenir sa condition physique pour rester en forme ;
- Développer les capacités de sa mémoire ;
- Avoir une hygiène alimentaire saine et équilibrée.

Techniques d'Animation :

- Apports méthodologiques et théoriques du consultant sur Powerpoint;
- Exercices pratiques ;
- Supports à remettre aux participants.

Durée: 3 jours.**Coût : 750 000 FCFA/Participant** (comprend la préparation, la diffusion, les supports, la restauration et l'hébergement pour les 3 jours).**Dates :**

Du 11 au 14 Août 2021

Du 22 au 24 Décembre 2021

Villes

Bassam

Bassam