

FORMATION PREPARATION RETRAITE.COM

Catalogue 2010

Ces formations ont été élaborées pour s'adapter aux accords et plans d'action en faveur des salariés âgés dans le cadre des :

- anticipations de l'évolution des carrières
- développements des compétences, des qualifications et accès à la formation
- aménagements des fins de carrières et de la transition entre activité et retraite
- transmissions des savoirs et des compétences et développement du tutorat

Toutes ces formations sont déclinables en intra à des conditions tarifaires adaptées

Se préparer à l'entretien de deuxième partie de carrière

La deuxième partie de carrière permet de continuer son développement professionnel ou d'aborder des changements correspondants à de nouvelles aspirations. C'est le moment où l'on va capitaliser sur ses compétences et ses savoirs. C'est aussi le temps des réajustements, des réorientations ou de l'émergence de nouvelles ambitions

Dates

- ☞ 10, 11 & 12 mars 2010
Aix/Marseille (13)
- ☞ 16, 17 & 18 juin 2010
Paris (75)
- ☞ 6, 7 & 8 octobre 2010
Aix/Marseille (13)

Public

Salariés seniors entre 45 ans et 55 ans.

Durée

3 jours (21 heures)

Tarif

1200,00 € net par personne

Les actions de formation professionnelle continue, au sens des articles L. 900-1 et L. 900-2 du code du travail, sont exonérées de TVA

Objectifs

Cette formation est un préalable à l'entretien de deuxième partie de carrière. Elle a pour objectif de proposer à des seniors une opportunité de :

- mener une réflexion approfondie sur leur deuxième partie de carrière
 - capitaliser sur les compétences, savoirs, savoir-faire et savoir-être
 - trouver ou retrouver du sens au travail
 - exprimer les attentes professionnelles et les besoins pour les satisfaire
 - positionner l'engagement professionnel dans la perspective des projets personnels à moyen ou long terme (perspective de fin de carrière)
- La finalité est une reprise en main de sa carrière afin d'en être le véritable acteur

Parcours pédagogique

Explorer et clarifier les projets et les objectifs

- A titre professionnel et à titre personnel
- Les liens ou les passerelles entre le professionnel et le personnel

Observer la motivation, ce qui fait s'engager et avancer

- Travail sur les représentations
- Appréhension des motivations dans le contexte professionnel
- Les degrés de l'autonomie

Déterminer les priorités

- Le plan professionnel et personnel

Capitaliser sur les compétences

- Ce que je sais faire, aime faire et aimerais faire

Prendre conscience du facteur temps

- Le chemin parcouru
- Le chemin à parcourir jusqu'à la fin de la vie professionnelle et ... après

Retrouver du sens à l'engagement dans le cadre professionnel

- Ce que l'on a envie de faire
- Ce qui pourrait enclencher une nouvelle dynamique
- Observation et capitalisation sur ce qui dépend de soi

Orienter ou réorienter son activité professionnelle

- Rester dans le cadre ou en sortir
- Agir ou subir
- Changement : opportunités et contraintes

Déterminer les actions de reprise en main de sa vie professionnelle

- Comment se réengager professionnellement (appréhensions, freins, actions à mettre en œuvre, formations,...)
- Les objectifs à 3 ans, 10 ans et plus
- Elaborer un plan d'action personnel

Préparer son entretien de deuxième partie de carrière

- Perception de cet entretien
- Choix, priorités et engagement
- Check-list des points à aborder
- Formuler ses demandes
- Devenir ou redevenir acteur de sa vie professionnelle

En savoir plus :

contact@aetas-developpement.fr

Téléphone : 04 42 33 08 96

Formations sur mesure

Sur simple demande, nous étudions vos besoins et établissons une ingénierie pédagogique adaptée à vos collaborateurs, organisations et secteurs d'activité

Prémunir son capital santé pour vivre sa retraite en pleine forme

L'approche de la retraite est une opportunité pour commencer à s'occuper de soi. Le changement de vie, que va entraîner la cessation d'activité professionnelle, va modifier certains équilibres dont les impacts auront des incidences sur le quotidien. Cette formation propose, au travers d'une journée animée par un médecin, de prendre connaissance des évolutions liées à l'âge et des actions de prévention à engager afin de vivre sa retraite en pleine forme.

Dates

☞ 23 avril 2010
Aix/Marseille (13)

Public

Toute personne concernée par le départ en retraite dans les trois années à venir.
Toute personne qui s'interroge sur les phénomènes du vieillissement et qui souhaite savoir pour mieux comprendre

Durée

1 jour (7 heures)

Tarif

400,00 € net par personne

Les actions de formation professionnelle continue, au sens des articles L. 900-1 et L. 900-2 du code du travail, sont exonérées de TVA

Objectifs

A partir d'explications et de conseils simples d'un médecin ayant plus de quinze ans de pratique hospitalière en urgence, cette formation permet de définir des orientations pour maintenir voire améliorer sa santé. Elle offre aux stagiaires l'opportunité d'entreprendre une démarche de projet santé au travers des dimensions physiques, physiologiques, psychologiques et sociologiques, afin de :

- Savoir pour mieux prévenir les effets de l'âge
- Comprendre que la santé est un capital que l'on peut préserver
- S'engager dans une démarche de prévention

Parcours pédagogique

- 1. Les aspects administratifs** – Le médecin référent – La logique du parcours de soins – L'intérêt et les avantages des Mutuelles
- 2. Le maintien du lien social**
 - Dans notre société, la reconnaissance sociale de l'individu passe par deux piliers fondamentaux : la famille et l'intégration dans le monde du travail
 - La cinquantaine s'accompagne d'une modification de la structure familiale (départ des enfants, passage au statut de grands parents...)
 - La soixantaine est la période du départ à la retraite (cessation d'activité professionnelle, perte du lien social du au travail, nouvelle vie à organiser, vie de couple à réinventer...)
 - L'importance du lien social et de la valorisation de soi dans le regard des autres
- 3. Le dépistage et le traitement des déficits sensoriels**
 - La surdité
 - La mal voyance
- 4. Le dépistage et le traitement des lésions dentaires**
 - La nécessité d'un suivi régulier
 - Les facteurs de malnutrition
- 5. Le dépistage, la prévention des facteurs de risque cardio-vasculaire et hygiène de vie**
 - HTA (médecin référent)
 - Diabète (médecin référent, prise de sang, hygiène alimentaire)
 - Cholestérol / Triglycérides (médecin référent, prise de sang, hygiène alimentaire)
 - Surpoids et obésité (hygiène alimentaire)
 - Lutte contre le tabagisme et la consommation d'alcool
 - Hygiène alimentaire (*lutte contre le « grignotage », réduction des apports en graisses et sucre ...*)
 - Pratique d'une activité physique régulière
 - Pratique régulière d'une activité intellectuelle (mots croisés, calcul mental ...)
- 6. Les conseils spécifiques souvent oubliés**
 - La mise à jour des vaccinations antitétaniques face aux risques liés à l'augmentation des activités dites de loisir au moment de la retraite (rôle du médecin référent)
 - Les hommes et le dépistage des pathologies prostatiques (Adénome, Néoplasie, Dosage sanguin des PSA, rôle du médecin référent)
 - Les femmes et la nécessité d'un suivi gynécologique régulier (dépistage de lésion pré néoplasique, traitement substitutif de la ménopause)
 - Les risques liés à son passé professionnel et nécessitant un suivi
 - Au terme de ce parcours pédagogique, un questionnaire individuel sera remis aux participants permettant de faire un rapide bilan de leur niveau de prévention médicale
 - Un débat questions / réponses clôturera cette session

En savoir plus :

contact@aetas-developpement.fr

Téléphone : 04 42 33 08 96

Formations sur mesure

Sur simple demande, nous étudions vos besoins et établissons une ingénierie pédagogique adaptée à vos collaborateurs, organisations et secteurs d'activité

Prévoir sa succession et transmettre son patrimoine

Avec le temps de la retraite arrive aussi le temps de penser à l'avenir de ceux que l'on aime. Cette formation a pour objectif de faire un large tour d'horizon des nouvelles règles successorales afin de savoir et comprendre pour prévoir, anticiper et décider.

Dates

- ☞ 17 février 2010
Paris (75)
- ☞ 22 avril 2010
Aix-Marseille (13)
- ☞ 9 juin 2010
Paris (75)
- ☞ 20 septembre 2010
Paris (75)
- ☞ 15 novembre 2010
Paris (75)

Public

Tout candidat à la retraite qui a la volonté de vouloir anticiper sa succession et organiser la transmission de son patrimoine

Durée

1 jour (7 heures)

Tarif

400,00 € net par personne

Les actions de formation professionnelle continue, au sens des articles L. 900-1 et L. 900-2 du code du travail, sont exonérées de TVA

Objectifs

Cette formation permet de faire un tour d'horizon complet des règles successorales afin de :

- Préparer sa succession
- Organiser la transmission de son patrimoine
- Anticiper les besoins liés à l'âge

Parcours pédagogique

1. La famille

- Le mariage
- Le PACS

2. La donation entre époux

3. L'héritage

- Anticiper sa succession
- Le testament
- Les droits du conjoint survivant
- Les ordres d'héritiers
- Les droits de succession entre parents et enfants

4. L'indivision

5. La réforme des successions

6. La transmission de son patrimoine

- Donner l'usufruit pour un temps limité
- Les avantages de la donation
- Donner à ses petits-enfants

7. L'assurance-vie

8. Le notaire

En savoir plus :

contact@aetas-developpement.fr

Téléphone : 04 42 33 08 96

Formations sur mesure

Sur simple demande, nous étudions vos besoins et établissons une ingénierie pédagogique adaptée à vos collaborateurs, organisations et secteurs d'activité

Transmettre par le tutorat

Le tutorat est un outil d'intégration, d'appropriation des valeurs, de transmission des connaissances et de développement des compétences. Il doit être compris comme une modalité formative qui implique que la situation de travail est organisée afin de faciliter l'apprentissage progressif du métier, dans le cadre d'une relation individualisée et formalisée

Dates

- ☞ 26 mars 2010
Paris (75)
- ☞ 20 mai 2010
Paris (75)
- ☞ 12 octobre 2010
Aix - Marseille (13)
- ☞ 26 novembre 2010
Paris (75)

Public

Salarié détenteur de savoirs et de compétences qui doivent être transmis au successeur avant le départ en retraite

Durée

1 jour (7 heures)

Tarif

400,00 € net par personne

Les actions de formation professionnelle continue, au sens des articles L. 900-1 et L. 900-2 du code du travail, sont exonérées de TVA

Objectifs

Cette formation a pour vocation de :

- Faciliter l'intégration dans l'entreprise, le service et le métier
- Dégager les activités et les comportements attendus en situation de travail
- Identifier les savoirs et les compétences à transmettre
- Acquérir une méthodologie d'actions de tutorat
- Créer le climat de confiance propice à la transmission des savoirs et à l'apprentissage

Parcours pédagogique

Accueillir - guider - renseigner - faire visiter

Présenter l'entreprise, le service ou l'atelier et les membres de l'équipe

Présenter l'apprenant et l'action dans laquelle il est engagé

Déterminer, expliquer et faire valider les critères de réussite

Préparer et organiser le parcours et les activités à confier à l'apprenant

Rendre les situations de travail formatrices

Suivre le parcours et ajuster si besoin

Apprécier les comportements et compétences et faire le point sur les acquis professionnels

Planifier les évaluations et les bilans

Evaluer les compétences acquises par l'apprenant

Assurer un retour à l'apprenant et proposer des actions complémentaires si nécessaires

En savoir plus :

contact@aetas-developpement.fr

Téléphone : 04 42 33 08 96

Formations sur mesure

Sur simple demande, nous étudions vos besoins et établissons une ingénierie pédagogique adaptée à vos collaborateurs, organisations et secteurs d'activité

Transmettre les savoirs, les compétences et la culture de l'entreprise avant de partir en retraite

Dans un monde en perpétuelle mutation, prendre le temps de la transmission des savoirs devient une opportunité d'inscrire le futur sur les fondamentaux de l'entreprise. Le tutorat, le coaching ou le soutien à l'intégration des nouveaux embauchés, donne du sens à l'action et valorise le capital humain senior

Dates

- ☞ 18 & 19 février 2010
Paris (75)
- ☞ 29 & 30 avril 2010
Aix/Marseille (13)
- ☞ 10 & 11 juin 2010
Paris (75)
- ☞ 2 & 3 novembre 2010
Paris (75)

Public

Tout salarié qui va faire valoir ses droits à la retraite et qui a des savoirs et des compétences à transmettre.

Tout salarié chargé d'accueillir et d'intégrer de jeunes embauchés

Durée

2 jours (14 heures)

Tarif

800,00 € net par personne

Les actions de formation professionnelle continue, au sens des articles L. 900-1 et L. 900-2 du code du travail, sont exonérées de TVA

Objectifs

Cette formation permet de :

- acquérir une méthodologie d'action de tutorat, de coaching et d'accompagnement de nouveaux embauchés
- dégager une vision de l'essentiel de ce qu'il y a à transmettre
- créer le climat de confiance propice à la transmission des savoirs et à l'apprentissage
- faciliter l'intégration des jeunes ou la prise de fonction d'un nouveau collaborateur
- favoriser la transmission des savoirs en développant l'efficacité opérationnelle
- maintenir la dynamique d'action
- favoriser l'engagement de ceux qui s'apprêtent à partir en retraite en donnant du sens à leur action

Parcours pédagogique

Identifier les enjeux de la transmission des savoirs

- La pérennisation des savoirs de l'entreprise
- La mise en œuvre d'un lien intergénérationnel
- La contribution à la socialisation et à l'adaptation
- L'intégration des nouveaux embauchés
- L'accompagnement à la prise de poste

Discerner les éléments à transmettre

- Les éléments clés de l'expérience
- Les compétences, le savoir, le savoir-faire et le savoir-être
- Les processus à mettre en œuvre

Comprendre les relations interpersonnelles

- L'autonomie - Les états du moi - Les strokes

Maîtriser les modes de transmission

- Le tutorat - Le coaching - L'accompagnement

Préparer des missions de tutorat et/ou de coaching

- Le cadre de la mission et les zones d'intervention

Appréhender les paramètres de la mise en œuvre de la mission

- Etre OK avec soi et avec l'autre
- Les protections à mettre en place
- Le droit à l'erreur
- La relation d'alliance
- Les éléments transférentiels
- Les besoins et les attentes
- Les demandes
- L'engagement
- Le plan d'intervention et la gestion du temps
- Le contrat

Mettre en place le suivi

- Rendre compte
- Les points d'étapes
- L'appréciation de l'action

En savoir plus :

contact@aetas-developpement.fr

Téléphone : 04 42 33 08 96

Formations sur mesure

Sur simple demande, nous étudions vos besoins et établissons une ingénierie pédagogique adaptée à vos collaborateurs, organisations et secteurs d'activité

Connaitre les démarches administratives pour préparer son départ en retraite

Cette formation est conçue pour répondre aux principales questions que se pose tout futur retraité : à partir de quel âge puis-je prétendre pouvoir partir à la retraite, ai-je le nombre de trimestres suffisant, sur quelle base sera calculée ma pension, quelles sont les démarches à accomplir pour faire valoir mes droits à la retraite, que proposent les nouvelles réformes... ?

Dates

- ☞ 13 avril 2010
Aix/Marseille (13)
- ☞ 1 juin 2010
Paris (75)
- ☞ 21 septembre 2010
Paris (75)
- ☞ 16 novembre 2010
Paris (75)

Public

Salariés à partir de 55 ans

Durée

1 jour (7 heures)

Tarif

400,00 € net par personne

Les actions de formation professionnelle continue, au sens des articles L. 900-1 et L. 900-2 du code du travail, sont exonérées de TVA

Objectifs

Cette formation permet de :

- comprendre le fonctionnement des retraites
- appréhender les démarches à effectuer
- apprécier la composition des pensions de retraite
- prendre conscience de l'impact des dernières réformes
- organiser les démarches de constitution de dossiers

Parcours pédagogique

Ma retraite : de quoi est-elle composée?

- La retraite de base
- La durée d'assurance
- Le montant de la pension
- La retraite complémentaire

Démarches et contacts

- Le relevé de carrière
- Le rachat de trimestre
- Estimation du montant de retraite
- Choisir sa date de départ
- « Liquider » sa retraite

Pensions de réversion

- Ce qu'il faut savoir

Ma retraite : boîte à outils

- Le relevé de situation individuelle
- L'estimation indicative globale
- L'outil de simulation M@rel

La retraite, ça ne se prépare pas qu'administrativement

- La vision de la retraite
- Les projets
- L'organisation du temps

En savoir plus :

contact@aetas-developpement.fr

Téléphone : 04 42 33 08 96

Formations sur mesure

Sur simple demande, nous étudions vos besoins et établissons une ingénierie pédagogique adaptée à vos collaborateurs, organisations et secteurs d'activité

Appréhender les enjeux de la fin de carrière et se préparer à la retraite

Le passage de la vie professionnelle à la retraite est souvent attendu et souhaité. Il peut aussi être source d'appréhensions, d'incertitudes et de frustrations. Chacun de nous, va vivre ce moment en fonction de son vécu, de sa volonté à appréhender le changement et de sa capacité à donner du sens sa vie

Dates

- ☞ 10, 11 et 12 février 2010
Paris (75)
- ☞ 14, 15 et 16 avril 2010
Aix-Marseille (13)
- ☞ 2, 3 et 4 juin 2010
Paris (75)
- ☞ 22, 23 & 24 septembre
2010 - Paris (75)
- ☞ 17, 18 & 19 novembre
2010 - Paris (75)

Public

Toute personne confrontée à la cessation d'activité professionnelle dans les deux ans qui précèdent la date possible de départ en retraite.

Durée

3 jours (21 heures)

Tarif

1 200,00 € net par personne

Les actions de formation professionnelle continue, au sens des articles L. 900-1 et L. 900-2 du code du travail, sont exonérées de TVA

Objectifs

- Cette formation a pour vocation de permettre aux stagiaires de :
- clarifier la perception du travail et la vision de la retraite
 - mesurer les enjeux entre continuer l'activité professionnelle ou partir en retraite
 - prendre un temps pour soi pour observer le passé, comprendre le présent et construire l'avenir
 - éclaircir les choix et les projets, afin de :
 - * adapter son temps de travail pour se préparer à la retraite
 - * travailler quelques années de plus
 - * opter pour le cumul emploi-retraite
 - * construire son nouveau projet de vie et en devenir le véritable acteur
 - ne pas subir sa vie à la retraite et le temps qui passe

Parcours pédagogique

Cette formation commence par la mise en œuvre d'un processus spécifique qui participe à l'homogénéité du groupe, à la réflexion sans tabou et à la projection dans l'avenir.

Explorer les ressentis face à la cessation d'activité et la retraite

- La vision idéale et les appréhensions
- Regard sur le passé, le présent et l'avenir
- La rupture avec le travail et ses conséquences sur les liens sociaux : statut, relations, activités...

Comprendre le processus de changement à la retraite

- Cesser son activité, c'est sortir de son cadre de référence
- Les 5 phases du changement du passage à la retraite
- Les habitudes et les rituels : freins ou facilitateurs du changement

Observer les possibilités que présentent les dernières réformes

- Choisir la date de son départ en retraite
- Travailler plus longtemps pour bonifier sa retraite
- Le cumul emploi-retraite
- Prendre sa retraite et en profiter pleinement

Prendre conscience des opportunités qu'offre la retraite

- Pouvoir sortir du cadre de référence
 - Penser à soi
 - Choisir ses priorités
 - Etre maître de son temps
 - Avoir des projets et les réaliser
- ### Organiser sa nouvelle vie à la retraite pour mieux en profiter
- Ce que j'aimais hier, ce que j'aime aujourd'hui et ce que j'aimerais faire demain
 - Pouvoir capitaliser sur ses compétences et ses passions
 - Ce que je veux mettre en œuvre, les freins à l'action et l'engagement
 - Elaboration et mise en perspective d'un véritable projet de vie

33 suggestions pour ceux qui manquent d'idées

En savoir plus :

contact@aetas-developpement.fr

Téléphone : 04 42 33 08 96

Formations sur mesure

Sur simple demande, nous étudions vos besoins et établissons une ingénierie pédagogique adaptée à vos collaborateurs, organisations et secteurs d'activité