



Efficacité professionnelle

Transmission: se préparer à bien vivre une retraite

FORMATEUR

Frédéric ZIMMER, Coach diplômé et certifié, formateur professionnel, médiateur diplômé.

Expérience professionnelle dans le domaine concerné : plus de 30 ans.

PÉDAGOGIE

- Analyse et débriefing après expérimentation
- Cahier de stage ou fiches techniques
- Tests, autodiagnostic
- Expérimentations (dont Training)
- Exercices de groupe
- Exposé, PowerPoint

ÉVALUATION

- Mise en situation
- Questionnaire

PUBLIC - PRÉREQUIS

Tout public

LIEU & DATE

2 février 2027

Lunéville ou Vandœuvre

1 journée

**1 jour, 1 lieu, 1 thème, 1 méthode,
1 compétence acquise et maîtrisée**

TARIFS

85 euros H.T. adhérent de CEGESTI

180 euros H.T. pour un non adhérent

Responsable de stage : Frédéric ZIMMER

VOS OBJECTIFS

- Se préparer sereinement au changement
- Identifier les craintes, les freins avant la retraite
- Parler, écouter, se sentir compris
- Anticiper les moments clés du dossier retraite
- Avoir en tête les pistes pour se lancer

VOTRE PROGRAMME

Faire son autodiagnostic

- test, questionnaire retraite
- Mise en commun, échanges

Comprendre pourquoi changer fait si peur

- Le cycle du changement (les étapes pour réussir et avancer)
- Se positionner et mesurer le chemin à faire

Prendre conscience des étapes à préparer

- accepter le projet « retraite »
- Lister les points à travailler
- Echanges, débat
- Mises en pratiques et acquis

Construire son plan d'action opérationnel d'après stage

- Réaliser son plan d'action opérationnel
- Détailler chaque étape

VOTRE AVANTAGE

Vous travaillez votre situation et vous repartez avec un programme simple à appliquer au quotidien



CE.GEST.I.

Tél. : 03 83 50 27 76 - Portable : 07 67 03 46 28
Email : formation@cegesti.fr

www.cegesti.fr

CE.GEST.I.

Parc des Expositions
54500 VANDOEUVRE-LES-NANCY