

à renvoyer à : contact@kairu.fr

Intervenants



- **Valérie Bignon,**

formatrice spécialiste de la communication, de la relation, de l'ouverture à l'autre et du changement

- **Sophie Derisbourg,**

consultante en transition de carrière graphologue - grapho-thérapeute

- **Bénédicte de Navacelle,**

conseil en communication, en accompagnement de projet personnel et collectif



29, bd Edgar Quinet
75014 Paris
Tél. : 01 43 21 50 10

Organisme de formation agréé

kairu



***Vous allez prendre votre retraite,
vous appréhendez cette transition,
vous devez réorganiser
votre emploi du temps,
trouver des lieux pour investir
et nourrir votre énergie,
vous souhaitez continuer à être utile,
exprimer vos compétences
et talents, vous avez à inventer
de nouveaux équilibres,
équilibres financiers, équilibres
physiques, équilibres relationnels...***

***Nous vous proposons un temps
de réflexion et des outils
professionnels d'accompagnement
pour vous écouter,
vous aider à redéfinir les contours
de votre vie,
choisir les points d'appui
d'une retraite active, pleine
et heureuse
vous engager dans un projet
personnel unique et ajusté.***



donner un sens à son avenir trouver son cap

4 jours de réflexion personnelle, de pratiques variées et d'échanges entre participants

> pour donner vitalité et sens à votre retraite en :

- précisant et dessinant les différents éléments des changements impliqués par la transition que vous vivez (changements relationnels, organisationnels, financiers, physiques, ...)
- faisant émerger des rêves inassouvis, des talents non encore explorés, vos aspirations profondes à honorer
- discernant les lieux d'investissement les plus appropriés à vos talents, compétences et désirs
- définissant les contours d'un projet pour vos années de retraite

> par une démarche progressive individualisée

- alternant des temps individuels et collectifs dans un groupe restreint
- utilisant des pratiques créatives, théoriques et corporelles avec une mise en JE et JEU
- avec des outils professionnels du bilan de compétences et de l'accompagnement de projet

Modalités



> un test de personnalité et une analyse graphologique flash

> un temps de travail individuel en groupe de 2x2 jours

> dates : calendrier actualisé sur le site www.kairu.fr

> lieu du séminaire : 29 bd Edgar Quinet, 75014 Paris

> coût : 600 €* TTC Ce prix est hors hébergement et restauration.

(N'hésitez pas à nous consulter si vous avez des difficultés financières, des arrangements sont possibles)

à renvoyer à : contact@kairu.fr

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Tél.:

E-mail :

Chèque d'acompte joint 150 €

en cas de désistement dans les 8 jours précédant la session de groupe, l'acompte reste dû