


# Préparer son départ à la retraite avec l'arbre de vie

10  
oct.  
7h

 Salariés ou fonctionnaires en fin de carrière

## Présentation

25 ans, c'est en moyenne le temps que va durer une retraite. 25 ans, ça se prépare ! C'est donc l'occasion de faire un bilan, de définir de nouveaux projets et de vivre une retraite qui vous ressemble. La métaphore de l'Arbre permet de faire émerger les compétences et ressources de chacun, de faire des liens et donner du sens à son parcours de vies professionnelle et personnelle. Cette journée permettra aux futurs retraités d'opérer cette transition de vie et de pouvoir se projeter dans l'avenir.

## Tarifs & Infos

**890€\* HT**

Membres CECA :  
**800€\* HT**

*\*déjeuners inclus*



CECA Saint-Aubin de Médoc

**9h - 17h30**

## Objectifs

- X **Aborder** la retraite avec plus de sérénité
- X **Élaborer** un nouveau projet de vie

## Le Programme

Chaque participant réalise son arbre de vie et vit toutes les étapes. Il s'agit d'une invitation à se remémorer ce qui est important pour chacun : Honorer son passé professionnel et valoriser ses compétences, repérer et satisfaire ses besoins fondamentaux (physiques, sociaux, intellectuels), harmoniser son projet de vie avec ses valeurs personnelles, s'offrir un nouveau rapport au temps une fois à la retraite. Ceux qui le souhaitent pourront présenter leur arbre aux autres membres du groupe et bénéficier de leur retour et soutien.

**L'Arbre de Vie se construit en 6 étapes après en avoir tracé sur une feuille ses contours :**



Animé par *Corine Haramburu*

Au cours des 15 dernières années, Corine a exercé les fonctions de DRH opérationnelle auprès de PME et ETI. Depuis maintenant 4 ans, elle accompagne les organisations à partir des outils de la facilitation sur le management, la gestion de projets et l'optimisation sociale. Elle développe également des méthodes innovantes d'apprentissage et d'aide à la mise en œuvre d'organisation apprenante.

