



# Préparation à la retraite

## Préparez cette nouvelle phase de votre vie. Anticiper sereinement cette transition.

En tant que futur retraité, voici les interrogations, les doutes ou les inquiétudes que vous pourriez avoir face à cette nouvelle étape de votre vie :

- Sens et utilité
- Ennui
- Organisation
- Perte d'identité
- Isolement
- Équilibre familial
- Projets non réalisés
- Santé
- Finances



**Cette nouvelle étape est aussi pleine de promesses, mais elle s'accompagne d'une foule de questions qui nécessitent un accompagnement réfléchi. Une préparation en amont peut vous aider à transformer vos craintes en opportunités.**

Notre équipe de consultants spécialisés vous aide à faire le point sur vos envies, vos besoins et vos priorités pour cette nouvelle étape. Nous vous guidons pour que vous puissiez aborder la retraite avec confiance, en étant prêt à vivre pleinement cette phase de votre vie.

### Notre méthode :

- **Accompagnement individuel et personnalisé** : Bénéficiez de conseils sur mesure pour construire un projet de retraite concret qui vous ressemble
- **Thématiques variées** : Compétences, aptitudes, talents, gestion du temps, maintien du lien social, , découverte de nouvelles passions,...

Avec ce parcours, vous serez en mesure de préparer sereinement votre transition vers la retraite et d'aborder cette nouvelle étape avec confiance et dynamisme.



### Pour qui et quand :

- Futurs retraités (entre 12 et 36 mois avant)



**Orientation professionnelle et scolaire - Bilan de compétences - Coaching des particuliers**

Cursus Compétences, 30 Bd Heurteloup – Immeuble Transparence – 37000 TOURS

02 47 66 19 07 [cursus@cursus-competences.fr](mailto:cursus@cursus-competences.fr) ou [maud.brision@cursus-competences.fr](mailto:maud.brision@cursus-competences.fr)

Site Internet : <https://www.cursus-competences.fr/>

SARL au capital de 50 000 € - SIRET 539 560 177 00039 - APE 7022Z - TVA intra FR 27539560177

# Préparez dès maintenant cette nouvelle étape de vie pour la vivre pleinement !

## ETAPE 1 Prise de contact

*Un premier entretien pour faire connaissance et explorer en détail vos besoins spécifiques et vos attentes. Nous vous expliquerons comment nous vous accompagnerons tout au long de votre préparation.*

*Nous fixerons ensemble le calendrier de nos RDV*

## ETAPE 2

### Votre parcours de préparation

*Ensemble nous allons explorer vos compétences, aptitudes, besoins, envie, motivations, buts, personnalité... Nous vous aiderons à vous projeter et définir des objectifs, des projets, réaliser des rêves, des envies ...*

## ETAPE 3

### Plan d'action sur mesure

*Ensemble, nous identifierons vos activités extra professionnelles, les formations éventuelles dont vous avez besoins, les personnes à rencontrer, les investissements personnels sur les sujets qui vous intéressent le plus et intégrer tout cela dans un futur nouveau quotidien*

## ETAPE 4

### Phase de synthèse

*A la fin de ce parcours nous vous remettrons votre synthèse personnalisée récapitulant tous les points visités.*

*Vous aurez tous les éléments nécessaires pour les intégrer progressivement dans votre nouvelle vie.*

*Nous assurerons un suivi personnel à 12 mois.*



**Contactez-nous :**

**02 47 66 19 07**



**[cursus@cursus-competences.fr](mailto:cursus@cursus-competences.fr) ou [maud.brision@cursus-competences.fr](mailto:maud.brision@cursus-competences.fr)**



**Orientation professionnelle et scolaire - Bilan de compétences - Coaching des particuliers**

Cursus Compétences, 30 Bd Heurteloup – Immeuble Transparence – 37000 TOURS

02 47 66 19 07 [cursus@cursus-competences.fr](mailto:cursus@cursus-competences.fr) ou [maud.brision@cursus-competences.fr](mailto:maud.brision@cursus-competences.fr)

Site Internet : <https://www.cursus-competences.fr/>

SARL au capital de 50 000 € - SIRET 539 560 177 00039 – APE 7022Z – TVA intra FR 27539560177