

WAKE-UP, SHAKE-UP, THRIVE!

ATELIER DE SENSIBILISATION POUR VOS EMPLOYÉS ÂGÉS DE 50 +

Un atelier de 90 minutes pour soutenir vos employés de plus de 50 ans et plus, dans une transition sereine vers leur prochain défi au sein ou en dehors de votre organisation.

DESCRIPTION

Cette session hautement axée sur l'interactivité permet de préparer les participants de plus de 50 ans à une découverte personnelle portant sur les cinq dimensions du bien-être - Notamment le physique, l'émotionnel, l'intellectuel, le spirituel et le financier - afin de transformer des facteurs démographiques perturbateurs en possibilités constructives pour des vies significatives et florissantes.

Nous allons sensibiliser, changer la conversation autour du vieillissement, renforcer la confiance et fournir des outils et des conseils permettant de créer un plan concret pour faire avancer les choses ! Chaque participant découvrira les résultats des quiz de leur diagnostic personnel et de leur auto-perception en fonction des 5 dimensions et quittera la session en étant capable d'établir des priorités et de prendre la responsabilité personnelle pour un prochain chapitre extraordinaire!

Cette session est un excellent « pilote » précurseur du programme de groupe de 12 modules.



A QUI CETTE SESSION S'ADRESSE-T-ELLE?

"Wake Up, Shake Up, Thrive" s'adresse aux professionnels en milieu de carrière de plus de 50 ans qui souhaitent se préparer à la prochaine phase de leur vie. Voici les quatre possibilités :

- 1. Les individus qui cherchent à se sentir plus intégrés, impliqués et inspirés dans leur entreprise actuelle.**
- 2. Les individus en transition au sein ou en dehors de leur organisation, à la recherche d'agilité, de confiance et, probablement, de ré-invention.**
- 3. Les individus qui envisagent la prochaine phase de leur vie (55-65+) en étant "retraités" de leur organisation actuelle qui recherchent l'inspiration, le soutien et la tranquillité d'esprit dans leurs choix.**
- 4. Toute personne simplement curieuse d'en savoir plus sur la façon d'améliorer sa vie maintenant!**



POINTS CLÉS ET OBJECTIFS

- Votre classement personnel dans chacune des "dimensions intégrées du bien-être".
- Inspiration et conseils de deux coaches expérimentés.
- Échange avec des professionnels partageant les mêmes idées.
- Idées, conseils et applications pratiques pour anticiper et planifier sereinement.
- Un plan d'action concret, personnalisé et réaliste.
- Plus d'autonomie personnelle pour vivre votre vie active au-delà de 50 ans!
- « Pilote » précurseur du programme de groupe de 12 modules.

VOS COACHES

En tant que guides et mentors professionnels, nous visons à motiver le changement de comportement nécessaire pour un bien-être et une santé optimaux au-delà de 50 ans.



Ellen Kocher

Coach et consultante en santé et bien-être. Accompagner les individus et les organisations pour passer du "savoir au faire" avec leur bien-être.



Dominique Ben Dhaou

Expert en réinvention de carrière et en capital humain. A à cœur de développer le but, les talents et le potentiel au sein des individus et des organisations.

Notre approche est intégrée, à la fois en prenant en compte chaque dimension sous tous les angles et en l'adaptant à vos besoins particuliers.

TARIFS ET FORMULES PERSONNALISÉES SUR DEMANDE.

- ✓ Session en direct avec 2 coaches.
- ✓ Nombre maximum de participants : 20
- ✓ En présentiel ou en ligne.
- ✓ Documents et outils fournis par les coaches.
- ✓ Travail de préparation.
- ✓ Feedback du 'pilote' pour faciliter la décision d'un programme complet de 12 modules.