

Préparer sa fin de carrière à l'ESAT

OBJECTIFS

- ▶ Permettre aux travailleurs d'ESAT/EA proches de la fin de carrière d'aborder dans de bonnes conditions cette transition et de préparer au mieux l'élaboration de leur nouveau projet d'avenir.
- ▶ Leur permettre d'être acteurs du « passage de relais » dans leur poste de travail.
- ▶ Les informer des conséquences de ce changement de statut et les aider à appréhender et à organiser leur nouvelle vie au quotidien.

Méthodes pédagogiques :

Autoévaluation en amont de la formation

Recueil des attentes

Apports législatifs, méthodologiques, mises en situation, travail en sous-groupes, vidéo, jeux pédagogiques

Remise d'un support écrit. Fin de stage : évaluation des acquis

Personnes concernées / Prérequis :

Travailleurs d'ESAT/EA / Toute personne arrivant en fin de carrière

Animation : Intervenant éducatif

Nombre de participants : 6 personnes maxi

Durée : 4 jours, soit 28 heures

INTRA

Cette formation peut être organisée dans votre établissement avec un tarif groupe.



PROGRAMME *Catalogue 2025*

- ▶ L'avancée en âge au travail
 - quels impacts sur la vie sociale au travail
 - les aspects juridiques et administratifs en cours
 - l'aménagement du poste de travail : quelles possibilités à l'ESAT ?
 - le temps partiel, un autre rythme et du temps libre à gérer : comment ?

- ▶ Valoriser ses compétences
 - transmission de savoir-faire professionnels
 - le regard de l'autre face à l'avancée en âge
 - l'importance de la motivation
 - . une bonne implication dans le travail, pour soi, pour l'ESAT et pour les autres travailleurs
 - . un sentiment d'efficacité personnelle

- ▶ Bâtir son projet d'avenir
 - un changement futur ? le dédramatiser
 - les revenus à l'ESAT, les cotisations et le relevé de carrière
 - les personnes ressources pour accompagner le projet
 - les démarches administratives : lesquelles et à quel moment ?

- ▶ Maintenir ou développer une hygiène de vie adaptée
 - la santé et le mieux-être
 - l'alimentation, l'exercice physique...
 - l'importance des temps de repos et du sommeil
 - le maintien des acquis : le rôle des actions de soutien.

