



Cabinet de Psychologie du Travail Sébastien HOF

« Ensemble, sortons du labyrinthe ! »

9, rue Christiaan Huygens
25000 BESANCON
Tel : 06.09.85.21.86.
Fax : 09.72.43.21.55.

✉ : contact@psychologuedutravail.pro
N° d'assurance RCP : 971 0000 67716 C
N° SIRET : 794 435 743 000 16
N° de Déclaration d'Activité : 43 25 02787 25

L'avenir après l'ESAT / l'EA

Public :

Tout travailleur d'ESAT ou EA.

Les objectifs de formation

Apprendre à mieux connaître les effets du vieillissement

Permettre aux travailleurs d'E.S.A.T. d'aborder dans de bonnes conditions la fin de carrière

Préparer au mieux l'élaboration de leur nouveau projet d'avenir.

Leur permettre d'être acteur de la transmission des compétences et de leur avenir

Les informer des conséquences de ce changement de statut et les aider à appréhender et à organiser leur nouvelle vie au quotidien

Contenu pédagogique

Le travail : intégrer l'avancée en âge

- Quels impacts de l'âge sur la vie sociale au travail
- Les aspects juridiques et administratifs actuels
- Actions possibles : L'aménagement du poste de travail, le temps partiel

Compétences à transmettre

- Transmission de savoir-faire professionnels
- Regard entre les générations

L'avenir après l'ESAT

- Un changement futur ? le dédramatiser en le préparant
- Les revenus à l'ESAT, les cotisations et le relevé de carrière.
- Les personnes ressources à connaître pour favoriser le projet
- Les démarches administratives : lesquelles et à quel moment ?

Santé et hygiène à privilégier

- La santé et le mieux être, l'alimentation, l'exercice physique...
- L'importance du rythme : temps de repos et du sommeil.
- Le maintien des acquis : le rôle des actions de soutien.

Méthode pédagogique

Présentation

Echanges d'expérience

Brainstorming

Quiz de connaissances

Vidéo - Photolangage

Durée : 1 jour.

Coût : 250€ en inter, demander un devis en intra.