Hôpital du Jura

Nous avec vous !

Progressons ensemble

La retraite, un temps pour vivre

Mme Dominique Wohlhauser, psychologue FSP-psychothérapeute ASP et d'autres intervenants

Objectifs :

A la fin de ces séminaires, les participant-e-s seront en mesure de/d' :

- Anticiper la vie post-professionnelle aux niveaux financier et légal.
- Anticiper la vie post-professionnelle par rapport à leur santé physique mais également par rapport à leur bien-être psychologie.
- Anticiper la vie post-professionnelle au niveau de la gestion de leur temps libre et de leur temps partagé.
- Anticiper la vie post-professionnelle au niveau des relations amicales, du couple et de son réseau (solitude).
- Choisir son rôle de retraité-e-s dans la société et par rapport aux autres générations.
- Vivre au mieux ce changement, ce passage de la vie (changement, crise, rupture).

Horaires :

1er et 2e jours : de 8h15 à 16h30

3e jour : de 8h30 à 16h30

Public-cible et nombre de participants :

Les personnes ayant l'intention de prendre leur retraite d'ici un an et demi et souhaitant la préparer.

20 personnes

Lieu et dates :

Centre St-François à Delémont

Session 1 : 19 février, 20 février et 21 février 2025

Session 2 : 26 novembre, 27 novembre et 28 novembre 2025

CONTACT

Secrétariat du service RH – Formation, Tél. : +41 32 421 25 73

Pour les collaborateurs de l'H-JU : Inscription par le biais de la demande de formation

Pour les personnes externes : Inscription en ligne sur le site www.h-ju.ch/formation :