

● Développer la confiance et l'estime de soi
Mardi 21 juin 2022 de 9h00 à 17h30

Objectif

Véritables moteurs de notre quotidien, la confiance et l'estime de soi permettent de s'accepter, de s'aimer et de se tourner plus facilement vers autrui.

Renforcer votre posture, de rehausser votre conviction et d'aller plus aisément de l'avant !

Programme

- Evaluer son estime de soi et son sentiment d'efficacité personnelle
- Repérer les causes du manque de confiance en soi
- Identifier les 4 types de comportements humains
- Découvrir les clés de la confiance en soi :
 Apprendre à dire non et apprendre à s'affirmer en formulant des critiques constructives, Apprendre de ses erreurs.
 S'appuyer sur ses réussites !
- **L'intervenante** : Cindy TIARE
- **Lieu** : à Toulouse (à l'espace formation du CGA M-P au 13, avenue Jean Gonord – parking privé).
- **Participation financière** : 40 euros TTC par personne la journée (repas compris)

● Stratégies de vie, stratégies patrimoniales
Jeudi 23 juin 2022 de 9h00 à 17h30

Objectif

Trouver les solutions à mettre en place. Le but est qu'il y ait une adéquation entre les objectifs que vous vous fixez et la manière de les atteindre.

Programme

- Constituer son patrimoine professionnel et personnel :
 - Comment gérer les emprunts, engagements professionnels et protection (contrats de mariage etc.)
 - Acquisition de son outil de travail, entreprise individuelle, société ? création d'une Holding ?
- Préparation de la retraite ;
 - Optimisation de la retraite, dois-je racheter des trimestres ?
 - Date de départ à la retraite ?
 - Revenus complémentaires (Immobiliers ? Assurance Vie ?)
- Transmission du patrimoine :
 - Rappel des principales règles de transmission et de donations
 - Transmission de son outil de travail (Vente, et transmission)
- **L'intervenante** : Jérôme LORBLANCHET
- **Lieu** : à Toulouse (à l'espace formation du CGA M-P au 13, avenue Jean Gonord – parking privé).
- **Participation financière** : 40 euros TTC par personne la journée (repas compris)

Coupon-réponse à nous retourner au : CGA M-P 13 avenue Jean Gonord BP 45070 31033 Toulouse cédex 5 - Service Formation Tél 05.62.16.73.54 ou l.perrinet@cgamp.asso.fr

Adhérent : M. Mme Mlle

Adhésion n°

Adresse :

 | | | | | | |

..... E-mail :

Nom du(des) participant(s) :

Mardi 21 juin 2022 Développer la confiance et l'estime de soi

Ci-joint un chèque de 40 € par participant

Jeudi 23 juin 2022 Stratégies de vie, stratégies patrimoniales :

Ci-joint un chèque de 40 € par participant