

ÉCHELLE DE PRÉPARATION À LA RETRAITE

LES 10 RÉFLEXIONS À AVOIR AVANT DE PRENDRE SA DÉCISION

Sur une échelle de 1 à 5, dans quelle mesure es-tu en accord avec les affirmations suivantes (1 étant en désaccord et 5 totalement en accord) ?

- 1 JE SAIS QUI JE SUIS À L'EXTÉRIEUR DU SPORT
- 2 J'AI D'AUTRES INTÉRÊTS À L'EXTÉRIEUR DU SPORT
- 3 JE CONNAIS LE DOMAINE D'ÉTUDES/TRAVAIL QUI M'INTÉRESSE (ET LE CHEMINEMENT POUR Y PARVENIR)
- 4 JE PRENDS SOIN DE MON CORPS ET DE MON ESPRIT POUR MON BIEN-ÊTRE PERSONNEL
- 5 J'AI DES OBJECTIFS À L'EXTÉRIEUR DU SPORT
- 6 JE CONNAIS MES RESSOURCES
- 7 J'AI UN SYSTÈME DE SOUTIEN AUTOUR DE MOI À L'EXTÉRIEUR DU SPORT
- 8 J'AI DÉVELOPPÉ UN RÉSEAU À L'EXTÉRIEUR DU SPORT
- 9 JE SAIS QUELLES SONT MES COMPÉTENCES À L'EXTÉRIEUR DU SPORT
- 10 JE ME SENS PRÊT POUR LA RETRAITE

Selon tes réponses, tu as sûrement une idée des secteurs que tu dois mieux préparer et ceux auxquels tu as déjà bien réfléchi. Dans un monde idéal, tu aurais des réponses positives à chacune de ces affirmations avant même de prendre ta retraite, mais ce n'est pas toujours possible. Certains athlètes sont forcés de prendre une retraite hâtive et n'ont pas le temps d'établir un plan solide. Dans tous les cas, peu importe ta réalité, l'avancement de ta carrière sportive et l'avancement de ton plan de transition du sport, notre conseillère à la conciliation sport-études est là pour t'accompagner.

DÉVELOPPÉ EN PARTENARIAT AVEC L'ÉQUIPE DE PLAN DE MATCH



ALLIANCE
SPORT-ÉTUDES
ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR