

Les multiples facettes de la retraite



DELPHINE BERGERON
delphine.bergeron@tc.tc

RETRAITE. Les Insulaires pourront profiter des conseils de Roger Poulin, un spécialiste en gestion de carrière dans de grandes entreprises qui, depuis sa propre retraite, est devenu coach pour ceux qui envisagent cesser de travailler.

Pour mieux comprendre l'aspect loisir lorsqu'on quitte son emploi, il est parti en voyage avec son sac à dos découvrir l'Asie.

Lors de préparation à la retraite, les conseillers mettent l'emphase souvent uniquement sur l'aspect financier, ce que déplore M. Poulin. «C'est seulement un aspect de la retraite, mais il y en a d'autres, comme le loisir», précise-t-il.

Pour mieux comprendre les envies de voyage et ce que l'on peut en retirer, il a lui-même vécu l'expérience. À 60 ans, il est parti pendant trois mois seul pour parcourir entre autres la Thaïlande, le Laos et la Chine. Cet objectif professionnel lui a permis de développer une expertise pour mieux conseiller ses clients qui aspireraient à l'aventure.

Plusieurs apprentissages faits en voyage sont transférables au quotidien, et même en entreprise selon M. Poulin. Parmi ses gains, il souligne la gratitude qu'il ressent aujourd'hui de vivre dans un pays où on ne doit pas porter de masque pour filtrer la pollution. Il a aussi développé sa tolérance face aux étrangers et assure que son périple a augmenté son intelligence émotionnelle, soit composer avec ses émotions et celles des autres.

Par ses expériences, il souhaite devenir un leader pour les gens de sa génération et les inciter à apprécier ce qu'ils ont. «Le défi des

Roger Poulin est parti à la conquête de son bien-être, mais aussi pour développer une expertise en loisir lors de la retraite.

(Photos: Gracieuseté)

babyboomers est de se laisser inspirer par les jeunes», soutient celui qui sera en conférence à la fin avril et en mai dans différentes résidences de L'Île-des-Sœurs.

BONIFIER SA VIE

M. Poulin voit sa spécialisation en coaching de retraite comme une suite logique de sa carrière. Après des études en microbiologie et de multiples pertes d'emplois, il a complété une maîtrise en développement des adultes en entreprise. «J'ai dû me renouveler souvent», raconte-t-il.

Il veut aider ses clients à planifier l'après-travail. «On s'invente beaucoup de limites, surtout en vieillissant», fait valoir M. Poulin. Statistiquement, très bientôt, une personne sur quatre aura plus de 60 ans.

«Je ne souhaite pas ajouter plus d'années à ma vie, je souhaite ajouter plus de vie à mes années», dit-il, précisant que c'est un concept qu'il met de l'avant.



POUR PLUS D'INFOS
rogerpoulin.ca
514-766-3926

Conférences:

27 avril 13h30 et 3 mai 19h – Résidence Le Sélection

24 mai 7h dans le cadre des Rendez-vous d'affaires – Résidence Ambiance



Le coach certifié reçoit des clients chez lui pour les aider à planifier leur retraite, mais pas seulement financièrement.

(Photo: TC Media - Isabelle Bergeron)



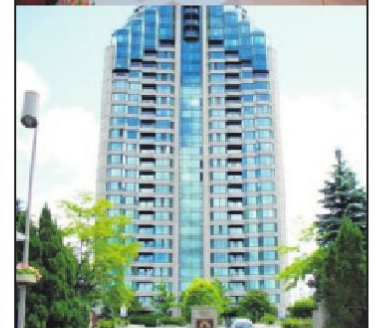
Lyse Labbé
Courtier immobilier
514-762-0123

DES SOMMETS 950 000\$ / 3695\$/MOIS



PHASE IV - Magnifique condominium de coin Nord-Est. Très lumineux. Situé au 16^e étage. Planchers en bois. Terrasse. Vue fleuve et ville. Tout meublé. MLS 17913914

VERRIÈRES V 650 000\$ / 2950\$/MOIS



Luxeux condominium plein soleil - Côté Sud-Ouest. Refait à neuf. Superbe vue du fleuve, des jardins et du centre-ville. 2 càc, 2 sdb. Planchers en bois. Libre immédiatement. MLS 27342945

LES SOMMETS SUR LE FLEUVE 2500\$/MOIS

PHASE IV - Un bijou directement sur le fleuve. Spacieux salons-LOUÉ Bureau adjacent. Planchers de bois. 1^{er} juillet.

CLUB MARIN II 1950\$/MOIS

Tout nouveau! Vue panoramique du fleuve et de la forêt. Condominium 2 càc, 2 sdb. Excellente condition. Grand balcon. Libre 1^{er} août 2018.



ROYAL LEPAGE ALTITUDE
Agence immobilière
8, pl. du Commerce #104,
Verdun QC H3E 1N3
514-765-0909