



l'institut du **Custom Life Changer**

ORDONNANCE & EXERCICE

SUITE DE VOTRE CONSULTATION PERSONNALISÉE

Pour Muriel

Votre synthèse, votre ordonnance, et un premier exercice : construits sur vos mots.

DOSSIER

CLC-2026-0908-MRL

CONSULTATION DU

**Mardi 8
septembre 2026**

VOTRE DOCTEUR DE LA
RECONVERSION

Joy

On ne vous inscrit pas : on s'engage avec vous.



Ce que votre consultation a révélé

Muriel R. · Poste volant · secteur médico-social · 57 ans · établi avec Joy

Vos mots, exactement

CE QUE NOUS AVONS ENTENDU

«Des collègues sont parties à la retraite... et parties trop tôt. Ça m'a marquée.»

l'urgence de vie · le déclencheur

«Je repousse toujours au lendemain, c'est mon défaut.»

la procrastination · le frein à lever

L'état des lieux

VOTRE BILAN

Clarté du projet		ÉLEVÉE
Urgence ressentie		TRÈS ÉLEVÉE
Confiance numérique		À CONSTRUIRE

Si rien ne change

LE COÛT DE L'ATTENTE

chaque année au poste subi : $\approx 1\,700$ h de votre vie et $\approx 14\,000$ € de valeur non construite. Décision reportée : **-12 mois** sur votre projet.

Janvier : une année de plus commence au poste volant : l'énergie s'use là où rien ne se construit. **Juin : la retraite se rapproche, le projet n'a pas bougé** : le projet s'endort, l'élan du Forum retombe. **Dans 5 ans : la question ne sera plus « comment » mais « pourquoi je ne l'ai pas fait »** : le prix ne se comptera plus en euros : en regrets.

Le fossé à 5 ans

La version qui décide : **+90 000 €**

La version qui attend : **-14 000 €**

Objectif de croisière travaillé ensemble : **3 000 € par mois**.

La vie que vous avez décrite

«J'aimerais préparer ma retraite autrement : et qu'elle soit enfin à moi.»

Octobre : l'espace métier terminé, à son rythme ·

Novembre : l'entreprise créée, guidée pas à pas ·

Avant 120 jours : le premier contrat, garanti par écrit

La preuve que c'est possible : **«Je vais signer mon premier contrat au bout d'un mois et demi de formation !»** · Jobard · reconvertie Assistante Administrative Digitale · avis Trustpilot, mars 2026

La question qui tranche. Dans dix ans, à la retraite : serez-vous celle qui a regardé passer le train, ou celle qui est montée dedans pendant qu'il était encore temps ?

R VOTRE PRESCRIPTION · D'ICI NOTRE PROCHAIN RENDEZ-VOUS

1. Ce soir, 15 minutes, au calme : l'exercice joint en page suivante. Puis renvoyez-moi votre phrase-preuve.
2. Relire cette ordonnance une fois, au calme : vérifier que chaque mot est bien le vôtre.
3. Le rendez-vous de finalisation avec Joy : **vendredi 11 septembre**.



Un exercice offert • pour Muriel

Ce que vous avez déjà *appris*.

Vous me l'avez confié vous-même : vous n'êtes « *pas très à l'aise avec l'informatique* ». Et pourtant, pendant une heure et vingt-quatre minutes d'appel vidéo, vous avez navigué, répondu, noté : sans une seule hésitation technique.

Pendant notre échange, une image m'est venue pour vous décrire : *une apprenante qui s'ignore*. Cet exercice n'a qu'un seul but : vous le prouver, noir sur blanc, en moins de quinze minutes.

01 Le relevé des apprentissages ≈ 5 MINUTES

Notez six outils ou savoir-faire que vous avez **appris seule, à l'âge adulte**, sans école et sans professeur. Sans jugement : juste des faits. Pour amorcer, piochez dans votre quotidien :

- Votre téléphone, ses applications, vos messages du quotidien
- Les démarches en ligne que personne n'a faites à votre place
- Un poste volant : de nouveaux outils et de nouvelles équipes à chaque affectation
- L'appel vidéo d'aujourd'hui : préparé, rejoint et tenu, seule

02 La traduction ≈ 5 MINUTES

En face de chaque ligne, écrivez ce que cela prouve sur votre capacité à apprendre un métier numérique :

- « *je me débrouille avec mon téléphone* » → l'autonomie numérique est déjà là
- « *à chaque affectation, je m'adapte* » → l'adaptabilité, votre muscle le plus entraîné
- « *je repousse au lendemain* » → pas un manque de capacité : un manque de cadre : et le cadre, c'est notre travail

03 La phrase-preuve ≈ 2 MINUTES

Relisez vos deux colonnes. Puis écrivez une seule phrase, qui commence par « **Je suis quelqu'un qui...** » : uniquement à partir des faits, jamais d'un rêve.

La projection

Vendredi, au rendez-vous de finalisation : cette phrase-preuve posée devant vous. Et derrière elle, une retraite qui redevient une promesse : préparée à votre rythme, depuis chez vous.

La réassurance

Vous n'avez jamais cessé d'apprendre : vous avez juste cessé de vous en donner le crédit. L'aisance ne précède pas l'apprentissage : elle le suit.

Si le cœur vous en dit, envoyez-moi simplement **votre phrase-preuve** avant notre rendez-vous de vendredi. Aucune obligation : cet exercice est à vous, que la suite se fasse avec l'Institut ou non.



Joy

Responsable des admissions • Custom Life Changer • contact@customlifechanger.fr

Notre réussite se mesure à la vôtre.