



Vers un projet de vie

Prendre conscience de vos ressources pour mieux vous projeter dans l'avenir.

Vous êtes dans une période de transition ? Vous souhaitez réfléchir à votre avenir ?

Ce cours vous propose un travail réflexif qui vous aidera à envisager un projet qui peut être professionnel, de bénévolat, familial ou personnel.

Objectifs :

- Reconnaître vos compétences et gagner en assurance
- Présenter votre parcours de vie et vos compétences en vous mettant en valeur
- Formuler un projet de vie (personnel, bénévolat, professionnel, ...) après avoir identifié les ressources mobilisables pour le réaliser

Contenus

- Travail sur la mémoire et la structuration de vos expériences de vie
- Identification de vos ressources et vos compétences
- Autoévaluation de votre degré d'autonomie
- Séances collectives et séances de travail individuel accompagné par l'animatrice
- Séances de présentation devant le groupe
- Formulation d'un projet et élaboration de pistes d'action

Durée

- 21 séances collectives (63 heures)
- 6 heures d'accompagnement individuel
- 22h30 de travail individuel à Voie F

Rythme

2 x 3 heures par semaine pendant 16 semaines, sauf vacances scolaires

Prérequis

Parler français (niveau B1 minimum) et avoir des connaissances de base en français écrit

Dates

Du 7 septembre 2026 au 21 janvier 2027, les lundis et jeudis de 9h à 12h

Renseignements auprès de notre accueil au **022 320 51 15** ou par mail à formation@voief.ch