



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

Contenu

- 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 24 août au 17 décembre 2026, 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