



Atelier Expérience Plus

Augmenter ses chances
de retrouver un emploi
après 50 ans

Atelier Expérience Plus

Augmenter ses chances de retrouver un emploi après 50 ans

Pour les personnes de plus de 50 ans qui souhaitent exercer des stratégies de recherche d'emploi adaptées à leur situation pour pouvoir convaincre les employeurs de leur plus-value sur le marché du travail.

Objectifs

- Identifier et prendre conscience de ses compétences transférables et spécifiques.
- Optimiser les techniques et stratégies de recherche d'emploi et élaborer un plan d'action.
- Réaliser un plan d'action individualisé pour sortir des stéréotypes et mener des interventions ciblées pour accéder à l'emploi (réorientation, exigences salariales, planification, formation continue, etc.).

Contenu

- Travail sur l'état d'esprit, les croyances, les valeurs et les priorités dans le 3^e tiers de carrière.
- Connaissance de soi: élaborer sa biographie, identifier ses intérêts et perspectives professionnelles, ses valeurs, besoins, croyances, freins, façades, forces et faiblesses.
- Aborder la gestion des transitions et les étapes du deuil. Augmenter l'adaptation au changement et rebooster la motivation.
- Accroître l'affirmation de soi à travers les diverses techniques de communication.
- Connaître le marché de l'emploi et réinterpréter les filtres posés par les employeurs, connaître les méthodes de recrutement, anticiper leurs représentations, s'entraîner à argumenter sur ses compétences et son expérience.
- Travailler les compétences numériques (e-recrutement, e-portfolio, plateformes d'offres d'emploi en ligne, réseaux sociaux, etc.).
- Appui individualisé et soutien moral pour augmenter la confiance en soi.

Organisation

- Entretien préalable.
- Encadrement par des psychologues conseillers ou conseillères en orientation scolaire et professionnelle.
- Travail en individuel et en groupe. Jeux de rôle et entraînement.
- 14 jours collectifs sous forme d'atelier avec appui individualisé.

CIO SIERRE

Rue Bonne-Eau 18, 3960 Sierre
027 606 95 40
ciosierre@admin.vs.ch

CIO MARTIGNY

Av. du Collège 5, 1920 Martigny
027 606 95 20
ciomartigny@admin.vs.ch



CIO SION

Av. de France 23, 1950 Sion
027 606 45 09
ciosion@admin.vs.ch

CIO MONTHÉY

Av. de la Gare 24, 1870 Monthey
027 606 95 00
ciomonthey@admin.vs.ch

Les CIO sont certifiés



www.vs.ch/orientation