



bilan
de compétences

gérer sa carrière

bilan de compétences

● **public cible**

- > personnes en recherche d'emploi désireuses d'entreprendre une réflexion approfondie sur les compétences acquises au cours de leur vie
- > possédant un parcours professionnel significatif et conséquent
- > ayant une bonne expression orale en français et de bonnes capacités à l'écrit

● **objectifs**

- > repérer et inventorier les compétences professionnelles, de formation et/ou personnelles
- > analyser ses aptitudes, ses compétences, ses motivations, sa personnalité
- > faire le point sur la cohérence de ses projets
- > élaborer un portfolio personnel de compétences
- > planifier les démarches à entreprendre

● **contenu**

- > repérage et inventaire des compétences professionnelles, de formation et personnelles
- > passation de tests de valeurs, d'intérêts et de personnalité pour étayer les compétences professionnelles
- > élaboration d'un portfolio personnel de compétences
- > mise en place de nouvelles cibles professionnelles et de formation
- > planification des démarches à entreprendre

Organisation de l'atelier

● **méthode de travail**

- > travail en groupe et en individuel sous la responsabilité d'un-e psychologue conseiller-ère en orientation scolaire et professionnelle
- > exercice pratique en salles de formation équipées en informatique avec connexion internet et imprimante
- > tâches à domicile

● **durée et organisation**

- > 5 journées collectives et 8 heures d'entretiens individuels de suivi sur une durée de deux mois

● **coûts et inscription**

- > pour les personnes inscrites au chômage, les coûts sont pris en charge par la LACI (assurance chômage); inscription et désinscription auprès de votre personne de référence à l'ORP (office régional de placement)
- > pour les personnes non inscrites au chômage, s'adresser au secrétariat du Centre d'Information et d'Orientation de votre région
- > sur demande, une attestation du cours peut être obtenue



centres d'information et d'orientation CIO

- SIERRE
CIO
Rue Bonne-Eau 18
3960 Sierre
Tél. 027 606 95 40
ciosierre@admin.vs.ch
- MARTIGNY
CIO
Rue du Collège 5
1920 Martigny
Tél. 027 606 95 20
ciomartigny@admin.vs.ch
- SION
CIO
Av. de France 23
1950 Sion
Tél. 027 606 45 09
ciosion@admin.vs.ch
- CHABLAIS VALAISAN
CIO
Av. de la Gare 24
1870 Monthey
Tél. 027 606 95 00
ciomonthey@admin.vs.ch

ouverture du lundi au vendredi

8h00-11h30 et 13h30-17h00 (veilles de fêtes 16h00)

information et accueil sans rendez-vous

www.vs.ch/orientation | www.orientation.ch

