



**centre
d'information
et d'orientation
Martigny**

des prestations
en relation directe
avec vos besoins

Les prestations en relation dir

| VOS BESOINS | NOS PRESTATIONS | BREF DESCRIPTIF |
|---|--|--|
| Information | <ul style="list-style-type: none"> > autodocumentation > information accompagnée | <ul style="list-style-type: none"> > informations sur les professions, les formations, l'emploi et le monde du travail, pistes pour orienter les recherches personnelles > PC connectés à Internet |
| Projet professionnel et stratégies de recherches d'emploi | > ACTION EMPLOI | > clarifier ses cibles et perfectionner ses techniques de recherche d'emploi |
| Gestion des compétences | > BILAN DE COMPÉTENCES | > inventorier ses compétences dans un but d'insertion, de reconnaissance ou de validation et établir des documents utiles |
| | > COACHING DE COMPÉTENCES | > inventorier, faire évaluer et actualiser ses compétences en entreprise |
| | > RECONNAISSANCE INSTITUTIONNELLE RI | > établir son bilan de compétences, et faire reconnaître des compétences non attestées officiellement |
| | > VALIDATION D'ACQUIS | > viser un diplôme officiel (CFC) en validant ses acquis et se formant pour les compétences manquantes |
| | > COMPÉTENCES-CLÉS | > identifier, évaluer, attester et développer les compétences-clés pour le travail |
| Confiance en soi | > AFFIRMATION DE SOI | > apprendre à mieux s'affirmer dans les situations de confrontation relationnelle en lien avec la recherche d'emploi |
| Transition professionnelle | > MIEUX VIVRE LES TRANSITIONS | > mieux faire le processus de transition, évaluer la situation, les ressources, améliorer la maîtrise personnelle du processus de changement |

ecté avec vos besoins

| MODALITÉS | DURÉE | PUBLIC CIBLE |
|--------------------------------|---|---|
| libre service ou accompagné | | > tous publics |
| atelier-consultation | 8 jours + 6 heures | > personnes souhaitant faire le point sur leurs projets et améliorer leurs recherches d'emploi |
| atelier-consultation | 5 jours + 8 heures | > personnes ayant une bonne connaissance de la langue souhaitant améliorer leur gestion des compétences en menant une réflexion approfondie sur les compétences développées durant leur parcours professionnel et personnel |
| consultation | 4 à 6 semaines stage inclus | > personnes avec un capital compétences (capacités, aptitudes, valeurs) dont la valeur et l'adéquation au marché est à vérifier à travers une situation réelle en entreprise |
| consultation | 1-2 mois | > personnes désirant faire valider des compétences non attestées officiellement |
| atelier-consultation | 1 à 2 ans en en parallèle avec le travail | > personnes désirant obtenir un diplôme officiel (CFC ou AFP) |
| atelier-consultation | 1-2 mois | > personnes ayant besoin d'évaluer par un assessment les 6 compétences-clés et d'établir des pistes de développement |
| atelier-consultation | 8 x 1/2 jour + 4 heures | > personnes qui éprouvent de la difficulté à s'affirmer et à bien communiquer dans des situations relationnelles liées à la recherche d'emploi ou à la vie professionnelle |
| atelier-consultation | 10 x 1/2 jour + 8 heures | > personnes présentant un blocage face à la perte du dernier emploi les empêchant à faire une recherche d'emploi efficace |

t estez vos chances d'engagement!

| | vrai | faux |
|---|--------------------------|--------------------------|
| > j'ai un bon CV et une lettre type pour mes recherches d'emploi, ça me semble suffisant | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > je ne sais pas exactement dans quelles entreprises postuler | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > c'est en lisant les offres d'emploi dans le journal que j'ai le plus de chance de trouver du travail | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > j'ai confiance en moi, je n'ai pas besoin de me préparer pour un entretien d'embauche | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > je ne connais personne qui puisse m'aider dans mes recherches d'emploi | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > si on me demandait de citer 3 points forts et 3 points faibles, j'aurais de la peine à répondre | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > j'ai de l'expérience mais je ne possède pas de preuves de mes compétences (certificats, attestations) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > je ne sais pas pour quelles activités professionnelles postuler | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > je ne sais pas précisément quoi faire pour réaliser mes projets | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > de manière générale, je trouve difficile de contacter directement des employeurs-euses | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| > malgré tout, je pense que j'ai moins de chance que les autres de trouver du travail | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

● évaluez vos résultats

si vous avez répondu vrai plus de **trois** fois le CIO peut vous aider à augmenter vos chances

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

www.vs.ch/orientation - www.orientation.ch

ouverture du lundi au vendredi
8h – 11h30 et 13h30 – 17h00
veilles de fêtes 16h00

juillet 2020