



**centre
d'information
et d'orientation
Monthey**

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
	> TECHNIQUE DE RECHERCHE D'EMPLOI SPÉCIFIQUE <i>TRES</i>	> maîtriser les bases des techniques de recherches d'emploi; élaborer son dossier de candidature
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

recte 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	4 jours + 4 heures	> personnes - peu qualifiées et ayant des difficultés d'expression écrite - nécessitant de l'aide dans les recherches d'emploi (outils, stratégie, présentation)
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. de la Gare 24
1870 Monthey
Tél. 027 606 95 00
ciomonthey@admin.vs.ch
www.vs.ch/orientation - www.orientation.ch

ouverture du lundi au vendredi

8h – 11h30 et 13h30 – 17h00
veilles de fêtes 16h00

août 2019