



Atelier

Bilan de compétences

Inventorier ses compétences
Gérer sa carrière

Bilan de compétences

Inventorier ses compétences, gérer sa carrière

Atelier pour les personnes en recherche d'emploi, souhaitant entreprendre une réflexion approfondie permettant de découvrir les compétences acquises au cours de leur vie.

Objectifs

- Faire le point sur ses expériences professionnelles et personnelles.
- Prendre conscience de ses compétences et se les réapproprier.
- Mieux connaître ses ressources et ses besoins.
- Repérer ses lacunes et connaître les moyens pour les combler.
- Elaboration d'un portfolio personnel de compétences.

Contenu

- Inventaire des expériences professionnelles, de formation et personnelles.
- Analyse des expériences et évaluation des compétences.
- Passation de tests de valeur, d'intérêts et de personnalité pour étayer les compétences professionnelles.
- Réflexion sur les cibles professionnelles et de formation. Identification des potentiels.
- Planification des démarches à entreprendre.

Organisation

- Entretien préalable.
- Accompagnement par des psychologues conseillers ou conseillères en orientation scolaire et professionnelle, certifiés «Méthodes portfolio ARRA».
- Travail en individuel et en sous-groupe.
- Tâches à domicile.
- 5 jours collectifs et 8 heures d'entretien de suivi individuel sur 4 à 6 semaines.

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