



## SENS DE LA VIE SENS DU TRAVAIL

### OBJECTIFS :

- Mieux articuler vie personnelle/vie professionnelle,
- S'épanouir, développer son « ART DE VIVRE », mieux vivre en harmonie avec ses valeurs personnelles,
- Développer ses compétences pour mieux s'orienter personnellement et professionnellement,
- Prévenir le burn-out professionnel.

### COMPETENCES VISEES :

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

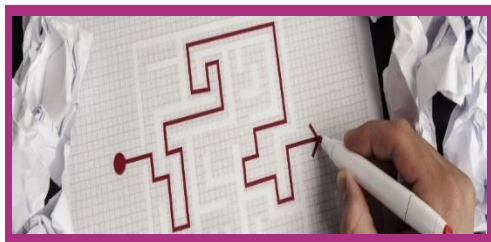
- Expliciter leur projet personnel et professionnel
- Accomplir des démarches actives en lien avec leurs choix de vie.

### PUBLIC :

Salarié, non salarié, demandeur d'emploi.

### PREREQUIS :

Sans prérequis.



### OUTILS ET METHODES MOBILISES :

- Supports de réflexion à partir d'œuvres choisies (livres, peinture, films, citations, vidéos...),
- Photolangage,
- Tests psychométriques,
- Carnet de bord personnel supports de l'accompagnement.

### DUREE :

14 heures en entretien individuel de **2 heures** réparties sur 2 voire 3 mois.

### DATES DE FORMATION ET DELAIS D'ACCES :

Après l'accord du participant, un planning des entretiens individuels est coconstruit.

- Maximum **30 jours**.

### MODALITE D'ACCES :

Présentiel ou distanciel.

### LIEU DE REALISATION / ACCESSIBILITE :

ASCAPE ANGERS  
Espace Frédéric Mistral  
4 Allée des Baladins – 49000 ANGERS

**Formations accessibles aux personnes à mobilité réduite et ouverte aux autres situations de handicap, nous contacter au préalable pour une étude personnalisée.**



## SENS DE LA VIE SENS DU TRAVAIL

### PROGRAMME DE LA FORMATION

#### Séance initiale

Présentation du dispositif – analyse de la demande

#### Séance 1

Formalisation de vos objectifs personnels.

#### Séance 2

Identification de vos valeurs existentielles à l'aide d'un test psychométrique.

#### Séance 3

Analyse de vos modèles de parcours de vie à partir d'une œuvre que vous aurez choisie.

#### Séance 4 :

Analyse de vos valeurs de travail à l'aide d'offres d'emploi choisies, d'un questionnaire de valeurs professionnelles rempli par un proche.

#### Séance 5

Formalisation de votre autobiographie future : comment vous projetez-vous sur le long terme.

#### Séance 6

A partir de 3 vidéos - Rédaction d'un Plan d'action pour développer son mieux être au travail, dans la vie.

#### Séance 7

Synthèse du travail réalisé tout au long du dispositif

#### Séance Finale

Un rendez-vous de suivi à 6 mois

### COUT DE LA FORMATION :

1155 € pour 14 heures

### MODALITES DE FINANCEMENT POSSIBLES :

- En autofinancement,
- Un financement entreprise.

Pour plus d'information, vous pouvez prendre contact directement avec l'ASCAPE.

### MODALITES D'EVALUATION :

L'évaluation des objectifs de l'action se fera tout au long de l'accompagnement. Il donne lieu à la rédaction d'un document de synthèse corédigé et remis au bénéficiaire.

Le dispositif fera aussi l'objet d'une autoévaluation au début de l'action et d'une évaluation par le participant et le conseiller bilan à la fin de l'accompagnement.

Un certificat de réalisation sera remis au stagiaire à l'issue de la formation. Cette formation ne fait pas l'objet d'un titre ou un diplôme.

### INTERVENANTES :

#### **Isabelle MARIONNEAU :**

Psychologue du Travail formée à l'addictologie, à l'accompagnement burn-out et à l'approche PNL. Utilise à la fois des outils spécifiques et innovants pour conseiller ainsi que pour répondre aux détresses. Depuis plus de 20 ans, elle intervient dans le secteur de l'insertion professionnelle et accompagne pour renforcer la confiance en soi, retrouver du sens à son activité professionnelle et aide à cheminer vers les métiers porteurs



## SENS DE LA VIE SENS DU TRAVAIL

### CADRE REGLEMENTAIRE du DISPOSITIF

**Recourir à un prestataire** : Quel que soit le dispositif mobilisé pour financer le dispositif (plan de développement des compétences, AIF), celui-ci ne peut être réalisé qu'avec l'accord du salarié et par un organisme extérieur à l'entreprise. Les employeurs ne peuvent donc pas exiger d'être destinataire de la synthèse du dispositif.

**L'organisme qui réalise l'accompagnement doit respecter les critères de qualité exigés par la réglementation pour tous les prestataires de formation.**

- **Signer une convention tripartite** : lorsque l'accompagnement est réalisé au titre du plan de développement des compétences (ou dans le cadre d'un congé de reclassement), une convention écrite doit être conclue entre le salarié, l'entreprise et l'organisme prestataire.

**Cette convention comporte les mentions obligatoires suivantes :**

- L'intitulé, l'objectif et le contenu de l'action, les moyens prévus, la durée et la période de réalisation, les modalités de déroulement et de suivi du bilan ainsi que les modalités de remise des résultats détaillés et du document de synthèse.
- Le prix et les modalités de règlement.

Le salarié dispose d'un délai de 10 jours à compter de la transmission par l'employeur du projet de convention pour accepter celle-ci en apposant sa signature. L'absence de réponse du salarié au terme de ce délai vaut refus de conclure la convention.

### ROLE DU CONSEILLER :

- **Une éthique stricte**

Au travers de cette prestation, nous entendons continuer à jouer notre rôle social, dans la stricte observation des principes qui sont les nôtres : Respect de l'individu en référence à un code de déontologie, forte implication dans l'atteinte d'objectifs...

- **Un accompagnement dans un cheminement personnel**

Le bénéficiaire est acteur de son bilan. Il est invité à mener des investigations : recherche d'informations, rencontre de professionnels, auto-évaluation à l'aide d'outils pédagogiques proposés par notre structure. Il est amené à réfléchir et décide de son parcours à venir avec le référent.

- **Un lien et un temps réservés au bénéficiaire**

Le bénéficiaire est reçu dans un lieu adapté qui respecte la confidentialité. Le référent est à son entière disposition lors de la rencontre.

- **Une prise de considération de la personne dans sa globalité**

Notre méthodologie considère l'itinéraire professionnel du bénéficiaire en lien avec son itinéraire personnel (sa biographie) sa personnalité, ses motivations, ses valeurs, ses besoins. Le projet professionnel qui émergera sera imbriqué dans le projet de vie du bénéficiaire, lui-même construit sur une meilleure connaissance de lui-même et de diverses facettes qu'il peut avoir.



## SENS DE LA VIE SENS DU TRAVAIL

### DEONTOLOGIE :

- **Consentement du bénéficiaire :**

Les entretiens individuels prévus dans cette action ne pourront se réaliser qu'avec le consentement du bénéficiaire.

Les informations demandées au bénéficiaire dans le cadre du bilan doivent présenter un lien direct et nécessaire avec l'objet de celui-ci. La communication des résultats détaillés du bilan ne peut se faire qu'avec l'accord du salarié.

L'entretien initial, le référent et le bénéficiaire signent ensemble le document.

Si l'entreprise où travaille le bénéficiaire est commanditaire du bilan, elle est associée à la signature du contrat d'engagement.

- **Les informations transmises par le bénéficiaire :**

Les informations demandées au bénéficiaire présenteront un lien direct et nécessaire avec l'objet de chacun des entretiens. Le conseiller sera alors tenu au secret professionnel.

- **Synthèse de l'accompagnement :**

Le bénéficiaire est le seul destinataire des résultats et du document de synthèse. Ils ne pourront être communiqués à un tiers qu'avec son accord.

Au cas où l'entreprise serait commanditaire, une synthèse signée sera systématiquement remise à l'entreprise avec l'accord du bénéficiaire en termes de contenu.

Les documents élaborés pendant les entretiens seront détruits aussitôt la prestation terminée.

Les outils pédagogiques d'aide à la construction de projet, les originaux des documents auront été remis au bénéficiaire au fur et à mesure de leur élaboration.