



# 10 MARS - 10 JUIN 2025

Période en entreprise



Du 05 au 26 mai

Durée



417 h maximum  
dont 105 h en entreprise

Horaires



9h - 12h30  
13h30 - 17h

## ELABORATION DE PROJET PROFESSIONNEL EPP

### OBJECTIFS

- **Identifier ses caractéristiques personnelles**  
Motivation, intérêts personnels, compétences, contraintes, freins...
- **S'informer sur les métiers**  
Les qualifier et les prioriser pour élargir ses connaissances
- **Identifier ou valider son orientation métier**  
Mesurer la faisabilité de son projet professionnel afin d'accéder à un emploi ou d'intégrer une formation
- **Devenir autonome dans la construction de son projet**  
Le définir, le confronter aux réalités des métiers, l'argumenter, formaliser un plan d'action



### MODALITE ET DELAIS D'ACCES

Participation à une information collective trois semaines avant le démarrage de la formation.

A l'issue de cette information, les personnes passent un positionnement et sont reçues en entretien individuel.

### POUR QUI ?

Toute personne de plus de 16 ans à la recherche d'un emploi et engagée dans une dynamique d'insertion ou de reconversion professionnelle habitant prioritairement en Région Centre Val de Loire.

### CONTACT



02.38.85.95.62



[www.fap45.com](http://www.fap45.com)  
[fap45@wanadoo.fr](mailto:fap45@wanadoo.fr)



25 Rue Jean Jaurès  
45200 MONTARGIS

### ACCESSIBILITÉ



Pour toute problématique ou aménagement de votre formation vous pouvez contacter notre référent handicap :  
**Nathalie BOUET - 02.38.85.95.62**

# CONTENU DE LA FORMATION

- 1 **Se connaître**
  - Bilan personnel et professionnel
  - Atouts et contraintes
- 2 **Cultiver son potentiel pour donner le meilleur de soi**
  - Confiance en soi, estime de soi, gestion du stress
  - Bien-être physique
- 3 **Développer ses compétences transversales**
  - Savoir-être
  - Attitude éco-responsable
- 4 **Remise à niveau**
  - Communication orale et écrite
  - Résolution de problématiques chiffrées
  - Utilisation des outils numériques
- 5 **Le monde professionnel**
  - Découvrir les secteurs d'activités, les métiers
  - Comprendre l'entreprise et le marché du travail
  - Rencontrer les acteurs de l'insertion et de la formation
- 6 **Stratégies et outils de recherche d'emploi**
  - Les outils : CV, lettre de motivation, répertoire...
  - Les simulations : entretiens, modes de recrutement
  - L'organisation : les outils en ligne, la relance...
- 7 **Itinéraire de validation de ses choix professionnels**
  - Période en entreprise
  - Conditions de réussite
  - Plan d'action

## MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

- Méthodes active, participative centrées sur l'expérience des apprenants
- Adaptation des contenus de formation au projet professionnel des candidats
- Individualisation
- Pédagogie de projet
- Multimodalité : travaux guidés, jeux de rôles, démarches extérieures, alternance présentiel/distanciel. . .
- Supports pédagogiques variés, ressources numériques

## EVALUATION, SANCTION DE LA FORMATION

- Evaluation en continu
- Open Badge
- Plan d'action
- Bilan de fin de formation
- Attestation de fin de formation
- Attestation de compétences

## PRÉ-REQUIS

- Public répondant aux critères du financeur
- Cette formation n'exige pas de pré-requis, elle est ouverte aux publics de tous niveaux. Toutefois la capacité à communiquer à l'oral et à l'écrit est nécessaire.

## INDICATEURS DE RÉSULTATS

- En 2024, sur 28 personnes ayant suivi la formation, 82 % très satisfaites et 18 % sont satisfaites de la formation
- 100% des personnes ayant achevé la formation ont établi un plan d'action.

## QUALITÉ DES INTERVENANTS

- Une équipe de formatrices professionnelles et expérimentées dans la mise en place de parcours de formation individualisés
- Un coach sportif
- Une psychologue

## FINANCEMENT

- Formation organisée avec le concours financier de la Région Centre Val de Loire et de l'Etat dans le cadre du Pacte Régional d'Investissement dans les Compétences
- Aucuns frais ne seront demandés aux participants