

Passez à l'Action : Construire et Déployer son Projet Professionnel

Cette formation vous accompagne dans **la mise en œuvre concrète** de votre projet professionnel. Pendant deux jours, **vous construisez vos outils, lancez vos démarches**, identifiez **les dispositifs adaptés** et apprenez à naviguer dans un marché du travail en profonde mutation. Une approche **100 % expérientielle**, en format bootcamp, guidée et renforcée par l'usage de l'IA.

Ce que vous produirez pendant la formation :

- votre fiche dispositif personnalisée (PTP, démission-reconversion, CDD reconversion, etc.) ;
- les éléments clés de votre dossier MDPH (si concerné) ;
- votre CV stratégique finalisé et votre profil en ligne optimisé ;
- une candidature complète (CV + lettre + adaptation à l'offre) ;
- un fichier de prospection et vos messages de candidatures spontanées ;
- votre pitch d'entretien et vos réponses structurées ;
- votre plan d'action 30–90 jours et votre tableau de bord opérationnel ;
- vos prompts IA personnalisés pour accélérer toutes vos démarches.

A l'issue de cette formation, les participants sauront :

- identifier le dispositif de transition professionnelle **le plus adapté à leur situation** (PTP, démission-reconversion, démission création d'entreprise, CDD reconversion, aides régionales, etc.) et débiter leur dossier de prise en charge ;
- **identifier les acteurs clés** (Conseiller en Evolution Professionnelle, France Travail,...) ;
- **comprendre leurs droits liés au handicap** et, si nécessaire, constituer les éléments d'un dossier MDPH pour sécuriser leur parcours ;
- analyser **les mutations du marché du travail**, repérer les tendances de leur métier et **développer leur capacité d'adaptation** dans un environnement professionnel en évolution ;
- rechercher, comparer et contacter des organismes de formation, **en posant les bonnes questions** pour évaluer la qualité des prestations ;
- **créer ou optimiser leurs outils professionnels** (CV stratégique, profil en ligne, lettre ou mail de motivation) **directement en séance** ;
- préparer **des candidatures ciblées** et spontanées, identifier les entreprises pertinentes et structurer un fichier de prospection efficace ;
- **se préparer aux entretiens** grâce à un pitch clair, des réponses structurées et une meilleure maîtrise de leur communication professionnelle ;

- organiser leur transition grâce à **un plan d'action 30–90 jours** et un tableau de suivi opérationnel ;
- **utiliser l'IA comme assistant professionnel**, pour analyser, rédiger, comparer, structurer et accélérer toutes leurs démarches.

Durée : 2 jours **Horaires** : matin 9h15-12h15 et 13h15 -17h15.

Public : Toute personne ayant réalisé un bilan de compétences ou qui possède un projet professionnel réaliste et réalisable clairement défini.

Toutes nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap ou présentant un trouble de santé invalidant. Un questionnaire envoyé en amont de la formation invite les participants à nous contacter s'ils ont besoins d'aménagements spécifiques en lien avec leur situation de handicap. Nous nous employons à rechercher, avec les personnes concernées, les moyens de compensation qui leur seront adaptés.

Prérequis : Un entretien préalable avec la formatrice est nécessaire pour s'assurer de la pertinence du projet professionnel. Connaissances de base en informatique (boite mail, internet, word et excel).

Les plus de la formation : Une formation construite sur mesure. Une formatrice expérimentée sur la gestion des compétences en milieu professionnel. Une pédagogie expérientielle permettant de construire ses outils pendant la formation. Une formation participative, basée sur des mises en situations et du partage d'expériences.

L'usage de l'IA dans la formation :

L'intelligence artificielle est intégrée à chaque étape comme un levier d'autonomie durable : elle vous aide à analyser, rédiger, comparer, structurer et accélérer vos démarches, tout en vous apprenant à l'utiliser de manière éthique, pertinente et professionnelle dans la durée.

Sécurisation émotionnelle et maintien de la motivation :

La formation intègre un temps dédié à la gestion des refus, à l'ajustement du plan d'action et au maintien de la motivation. Les transitions professionnelles peuvent générer du doute ou de l'incertitude ; nous travaillons donc sur des stratégies concrètes pour rester engagés, demander de l'aide au bon moment, mobiliser son réseau progressivement et avancer avec confiance malgré les obstacles.

Modalités, méthodes et moyens pédagogiques :

- Formation délivrée en présentiel. Maxi 6 participants par session.
- Pédagogie active et participative, la formation est opérationnelle, elle privilégie les mises en situation réelles et la mise en œuvre du projet professionnel. Des temps sont réservés à des partages d'expériences par les participants.
- Nous assurons un accompagnement et une évaluation post-formation à chaud et à 3 mois.
- La validation des acquis se fait via une auto-évaluation et un questionnaire.
- L'évaluation de la satisfaction est réalisée via un questionnaire permettant de connaître l'avis des participants quant à la qualité de l'intervention et son utilité professionnelle.
- Feuille de présence émargée par les stagiaires et le formateur.
- Remise d'une attestation de formation nominative à la fin de la formation.

- Remise du support de cours et d'un livret stagiaire.

Date et Lieux : A définir avec vous.

Planning : Cette formation est proposée toute l'année en entrée et sortie permanente

Tarif : A partir de 600 €* pour 2 jours de formation en inter.

Contact : Nos coordonnées figurent ci-dessous, nous nous engageons à vous répondre dans les 48h qui suivent la réception de vos demandes.

* TVA non applicable (article 261-4, 4, a CGI)

Jour 1
Construire et sécuriser son projet

- Dispositifs de transition professionnelle
- Handicap, droits et dossier MDPH
- Recherche et analyse des organismes de formation
- CV stratégique & profil en ligne

Jour 2
Déployer et adapter son projet

- Mutations du marché & adaptabilité
- Candidatures ciblées
- Candidatures spontanées & prospection
- Préparation aux entretiens
- Organisation & plan d'action 30-90 jours

PROGRAMME

Jour 1

▪ Introduction

Présentation de chacun

Attentes et objectifs visés de chaque participant

Présentation de la formation

▪ Les dispositifs de transition professionnelle

Connaitre le Projet de Transition Professionnelle, le dispositif démission-reconversion ou démission création d'entreprise, le CDD reconversion, ...

Identifier le dispositif adapté à son projet.

Identifier les acteurs à solliciter pour mon dossier (Conseiller en Evolution Professionnelle, France Travail, Assistant social de la CARSAT,...)

Créer son dossier de demande et initier les premières démarches.

Connaitre les conditions de succès et les bonnes pratiques essentielles à sa demande.

▪ Le handicap, suis-je concerné ?

Savoir définir le handicap et identifier si le participant est concerné.

Connaitre les aides et acteurs mobilisables pour sécuriser son projet (MDPH, AGEFIPH, FIPHFP,...)

Créer si besoin un dossier de demande MDPH et rédiger le projet de vie.

▪ **Rechercher et analyser les organismes de formation**

Connaître les différents dispositifs de certification (diplômes, titre RNCP, Répertoire Spécifique, CQP,...)

Savoir rechercher un organisme de formation

Savoir vérifier la qualité, connaître les questions importantes à poser à l'organisme de formation et savoir sélectionner la session la plus adaptée à son parcours professionnel.

▪ **Rédiger un CV stratégique et développer son profil en ligne**

Savoir construire son CV orienté compétences et adapté à son projet professionnel

Analyser et identifier les compétences transférables utiles pour son projet

Savoir améliorer son profil linkedin et sa visibilité en ligne.

Jour 2

▪ **Comprendre les mutations du marché du travail & développer son adaptabilité**

Comprendre les impacts de l'IA, de l'automatisation, des transitions écologiques, des métiers en mutation,...

Identifier les clés du succès pour veiller à son employabilité : compétences transversales, nécessité de se former en continu,...

Savoir analyser les tendances du métier visé et effectuer un mini diagnostic "Évolution de mon métier"

Construire un plan de montée en compétences.

▪ **Candidatures ciblées & lettres professionnelles**

Savoir rechercher et analyser des offres d'emploi (France Travail, APEC, Sites sectoriels, ...)

Savoir adapter les compétences sur son CV

Savoir rédiger une lettre de motivation

Candidater à une offre.

▪ **Candidatures spontanées & prospection entreprises**

Savoir rechercher et identifier les entreprises adaptées à son projet

Savoir identifier les principaux réseaux d'employeurs sur son territoire

Savoir construire un fichier de prospection

Savoir candidater et personnaliser ses messages.

▪ **Se préparer aux entretiens**

Connaître les questions classiques et la méthode STAR pour structurer ses réponses

Savoir préparer son pitch d'ouverture

Simuler un entretien de recrutement.

▪ **Organisation, gestion du temps & plan d'action**

Savoir structurer sa semaine, organiser ses démarches et définir les priorités

Construire son tableau de bord et plan d'action à 30-90 jours

Savoir anticiper les refus et maintenir la motivation

Ajuster son plan d'action, utiliser son réseau de manière progressive



Médée Consulting

52500 MONTESSON
medeeconsulting@outlook.fr
Tel : 06 70 32 10 21

Savoir demander de l'aide (France Travail, associations, réseau pro,...).

■ **Synthèse de la session**

Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en œuvre dans son projet
Conseils personnalisés donnés par l'animateur à chaque participant
Evaluation formative (quiz) permettant de valider les compétences acquises
Bilan oral et évaluation à chaud.

■ **Taux de satisfaction des stagiaires*** : pourra être évalué à l'issue de la première session de formation.

■ **Besoins matériels :**

Pour le formateur (pour les formations en présentiel) : une salle équipée d'un vidéo projecteur
Pour les participants :

- De quoi prendre des notes
- Un PC portable avec connexion à internet (l'organisme de formation peut en fournir un)
- Pour participer aux jeux interactifs et pour remplir l'évaluation de fin de formation : téléphone portable avec accès à internet (en cas de besoin la formatrice proposera une solution alternative).