

# MOI & MES VALEURS

---

SAVOIR & ÊTRE CONSEILS



VERSION FEVRIER 2024



## EN SYNTHÈSE

---

Cette prestation permet d'identifier ses principaux atouts, valeurs et talents personnels afin de réaliser une présentation vidéo dynamique et efficace et ainsi sortir du lot face aux recruteurs ou partenaires d'affaires.

La prestation a été créée il y a plus de 7 ans par Savoir & ÊTRE Conseils et est proposée dans les agences France Travail depuis 2018 partout en Alsace.

**Durée** : 2 jours (20 heures) consécutifs.

**Tarif** : Sur demande.

(Offert pour les demandeurs d'emploi portés par les agences partenaires.)

**Dates prochaines sessions** : Sur demande.

(Pour les demandeurs d'emploi auprès de votre conseiller.ère.)

**Nombre de stagiaires par session** : 6 personnes max

**Public Concerné** : Personne en recherche d'emploi. Créateur d'entreprise. Indépendant.

Demandeurs d'emploi des agences France Travail partenaires.

**Pré-requis** : Maîtriser au minimum la langue française (niveau B1 classement CECRL) et à minima l'outil informatique



## EN DÉTAIL :

### Objectifs pédagogiques

- Prendre conscience de ses valeurs et motivations profondes
- Reconnaître ses qualités et talents pour une plus grande confiance en
- Savoir rédiger une présentation personnelle synthétique et percutante
- Être à l'aise pour s'exprimer devant une caméra

### Objectifs opérationnels :

A l'issue de cette formation les bénéficiaires sauront :

- Clairement identifier vos principales valeurs et motivations profondes dans la vie
- Clairement identifier vos principales qualités et principaux talents
- Rédiger une présentation personnelle synthétique et percutante (sous forme de script)
- Être à l'aise pour vous exprimer devant la caméra et tourner votre vidéo



# PROGRAMME

---

Jour 1 :

Découverte de soi

- Identifier ses talents personnels
- Apprendre à parler de soi
- Pratiquer l'écoute active
- Identifier ses valeurs, qualités et motivations profondes

Jour 2 :

Script et vidéo

- Savoir rédiger un texte de présentation personnelle court et percutant
- Tourner une vidéo de présentation
- Débrief de la session





## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

---

### **Délais de traitement d'une demande de prestation :**

- Réactivité après premier contact : maximum 24h
- Prise en compte des besoins et validation d'un calendrier : maximum une semaine

### **Suivi de l'exécution**

- Feuille de présence émargée sur place
- Attestation de présence en début des journées de formation et certificat de fin de formation envoyée à l'issue de l'action de formation
- Lien vers la vidéo réalisée
- Formulaires d'évaluation de la formation à chaud et à froid
- Mises en situation

### **Ressources pédagogiques**

- Accueil des stagiaires dans un lieu adapté à la formation et convivial
- Ordinateur portable
- Tablettes
- Studio de tournage professionnel
- Conseils personnalisés pour chaque stagiaire en fonction de ses besoins
- Accompagnement individuel dans les mises en situation
- Document support projeté ou imprimé
- Des sessions de formation en petit groupe

### **Accessibilité PSH**

Savoir & Être Conseils accorde une grande importance à l'inclusion de tous les stagiaires quel que soit leur profil.

Si vous êtes en situation de handicap et que nos formations vous intéressent, contactez-nous.

Nous travaillons en partenariat avec une consultante handicap - Madame Ritter, consultante secteur Colmar de Cap Emploi 68-67 - et ensemble nous trouverons les solutions.

Notre partenaire « handicap » : [www.capemploi68-67.com](http://www.capemploi68-67.com)

### **Divers**

Les repas sont à la charge des stagiaires.

Formation dispensée uniquement en présentiel

# LES FORMATRICES

---



## **Stéphanie RAVARD**

Fondatrice de Savoir & Être Conseils en 2016, Stéphanie Ravard accompagne depuis des demandeurs d'emploi, des porteurs de projet et des indépendants notamment en partenariat avec France Travail et divers entreprises.

Ancienne responsable d'équipe, responsable ressource humaine, puis directrice d'un cabinet de recrutements, elle connaît parfaitement les attentes des recruteurs et comment les approcher.

Vidéaste professionnelle, maîtrisant l'image et la technique, elle permet à ses clients de faire une vraie différence.

**Formations:** Deug de langues, American High School Diploma, Vidéaste professionnelle formée notamment aux Etats-Unis, formée à la photographie professionnelle, Coach certifiée en 2017 et certifiée formatrice professionnelle en 2018.



## **Sylvie RENOULET**

Pendant les 10 premières années de sa vie professionnelle, Sylvie Renoulet a dirigé différents services en ministère à Paris.

Elle n'a eu de cesse de mettre plus de sens, d'humanité et de bienveillance dans son management dans un contexte qui en manquait cruellement.

Ces valeurs l'ont finalement conduite à opérer une reconversion professionnelle.

Elle devient coach, sophrologue et formatrice depuis 2007. elle accompagne les particuliers, les dirigeants et les entreprises, notamment sur les thèmes de la prévention-gestion du stress chronique et du burn-out en milieu professionnel, et du management bienveillant.

Elle est également la fondatrice d'une école de formation au métier de sophrologue et de la relation d'aide en général.

Elle devient directrice générale de Savoir & Être Conseils en 2021

**Formations:** Master de droit public et de sciences politiques, Licence 3 de Psychologie, Master-coach individuel et d'équipe certifiée (École Française de Coaching Paris), diplôme de sophrologue, et certifiée en cohérence cardiaque. Formée à la formation pour adultes, à la PNL, à l'hypnose, à l'Analyse Transactionnelle et à la thérapie des émotions (formée par Christophe André).

# LES FORMATRICES ( SUITE)

---



## **Marie-Aude LEBER**

Après une carrière dans le tertiaire, notamment comme directrice, Marie-Aude est aujourd'hui praticienne en Relation d'aide, aromaturge et formatrice.

Elle devient formatrice partenaire de Savoir & Être Conseils en 2022

**Formations:** Certifiée praticienne en relation d'aide, en aromathérapie, ainsi qu'en EFT clinique. Formatrice et coach professionnelle.



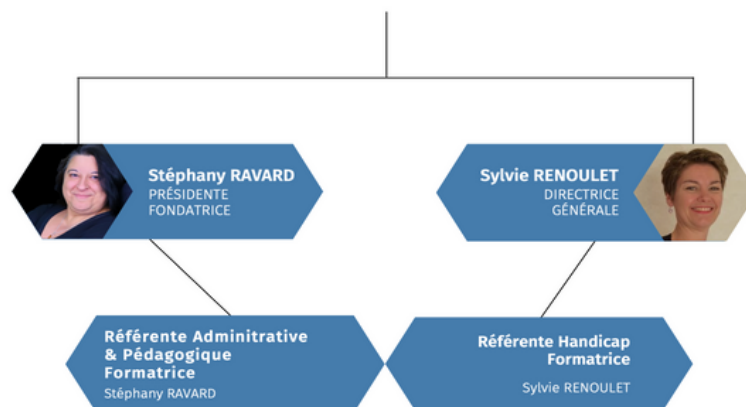
## **Frédérique HILLÉ-CACHERA**

Manager de transition et spécialiste du tissu économique et de l'emploi d'Alsace. Coach consultante et formatrice.

Elle devient formatrice partenaire de Savoir & Être Conseils en 2022

**Formations:** Maîtrise en Sociologie des politiques publiques locales. Licence en Sociologie de la santé D.E.U.G Histoire - Sociologie.  
Diplômée d'Hypnothérapeute en hypnose ericksonienne.  
Coach & Maître-Praticienne en Programmation Neuro Linguistique.

## **SAVOIR & ÊTRE CONSEILS**



# SATISFACTION

---

SAVOIR & ÊTRE CONSEILS. C'EST À CE JOUR :

**+ de 99 % Satisfaction des formations**

**+ de 70 % de Retour à l'Emploi pour les Demandeurs d'Emploi**





# CONTACTS

---



**SAVOIR & ÊTRE**

CONSEILS

[WWW.SAVOIRETETRECONSEILS.FR](http://WWW.SAVOIRETETRECONSEILS.FR)

Stéphany RAVARD :

06 69 53 11 32

[stephany@savoiretetreconseils.fr](mailto:stephany@savoiretetreconseils.fr)

Sylvie RENOULET :

06 17 47 00 61

[sylvie@savoiretetreconseils.fr](mailto:sylvie@savoiretetreconseils.fr)