



# MOI & MA RELANCE VERS L'EMPLOI

---

SAVOIR & ÊTRE CONSEILS



CSP

VERSION JUIN 2025



## EN SYNTHÈSE

---

La prestation permet aux bénéficiaires de l'agence partenaire de Mulhouse en charge de l'accompagnement CSP de retrouver ou renforcer leur confiance en eux et d'apprendre à capitaliser sur leurs atouts, ressources et compétences transférables.

Le marché du travail actuel et ses besoins sera présenté et une préparation aux entretiens proposée.

Cette prestation permet également la création et/ou l'optimisation de son CV pour se positionner sur les offres et/ou demande d'immersions et formations.

Enfin, l'intérêt de l'utilisation de l'intelligence artificielle dans le cadre d'une recherche d'emploi ou création d'entreprise sera étudié.

Durée : 4 jours soit 33 heures de formation

Tarif : Offert pour les demandeurs d'emploi portés par les agences partenaires.

Dates prochaine session : Sur simple demande auprès de votre conseiller.ère.

Nombre de stagiaires par session 6 personnes max

Public Concerné : Demandeurs d'emploi des agences France Travail partenaires.

Pré-requis : Maîtriser au minimum la langue française (niveau B1 classement CECRL)



## **OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES**

- Développer une communication claire et impactante.
- Identifier et valoriser ses compétences, ses savoir-être et sa singularité.
- Élaborer un script structuré et engageant.
- Se familiariser avec les outils de tournage et les techniques d'expression orale.
- Identifier les étapes marquantes et les apprentissages clés de son parcours.
- Comprendre et accepter les transitions professionnelles (deuil du poste, reconversion).
- Assurer la cohérence entre son CV et sa vidéo de présentation.
- Utiliser les plateformes de recherche d'emploi et les outils numériques notamment l'acculturation à l'IA.

## **OBJECTIFS OPÉRATIONNELS :**

*À l'issue de l'atelier, les participants seront capables de :*

- Rédiger un script personnalisé et adapté à leur profil.
- Enregistrer une vidéo claire et professionnelle dans un studio équipé.
- Diffuser efficacement sa vidéo sur les CV, LinkedIn et autres plateformes.
- Adapter son discours en fonction des interlocuteurs et des opportunités.
- Accepter son parcours et valoriser son expérience de manière constructive.
- Gérer les émotions liées au changement et renforcer sa confiance en soi.
- Exploiter les plateformes France Travail et les moteurs de recherche d'opportunités.
- Comprendre l'impact de l'Intelligence Artificielle sur le recrutement et s'y adapter





# PROGRAMME

## Un Parcours en 4 jours de 37 heures en tout :

### **Les sessions sont composées comme suit :**

- 1ère journée : période d'échanges et ateliers pour révéler l'essentiel de leur personnalité, leur valeur etc

Approche profondément ancrée dans une démarche inclusive, les participants peuvent s'exprimer et échanger entre eux en toute liberté.

- 2ème journée : Matin : Phase d'écriture du texte de présentation (script).  
L'après-midi : tournage de la vidéo dans un studio professionnel avec prompteur, micro-cravate, éclairage de studio etc.

Jour 3 :

*Prendre conscience de son parcours et l'accepter*

- Identifier les étapes marquantes de vie pro et perso et leurs apprentissages.
- Faire les deuils nécessaires : compréhension des étapes du deuil et pratique de lâcher-prise.

Jour 4 :

*Transition vers l'Emploi :*

- Savoir utiliser sa vidéo et le lien vidéo et la diffuser de différentes façons
- Vérifier la cohérence entre le CV et la vidéo
- Savoir utiliser les sites de France Travail pour postuler et ou chercher des immersions et stages.
- L'acculturation à l'IA et l'emploi



## 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
- Reprise du CV avec le lien vidéo et son lien Canva et PDF
- 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
- 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, aromatalogue et formatrice.

Elle devient 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**

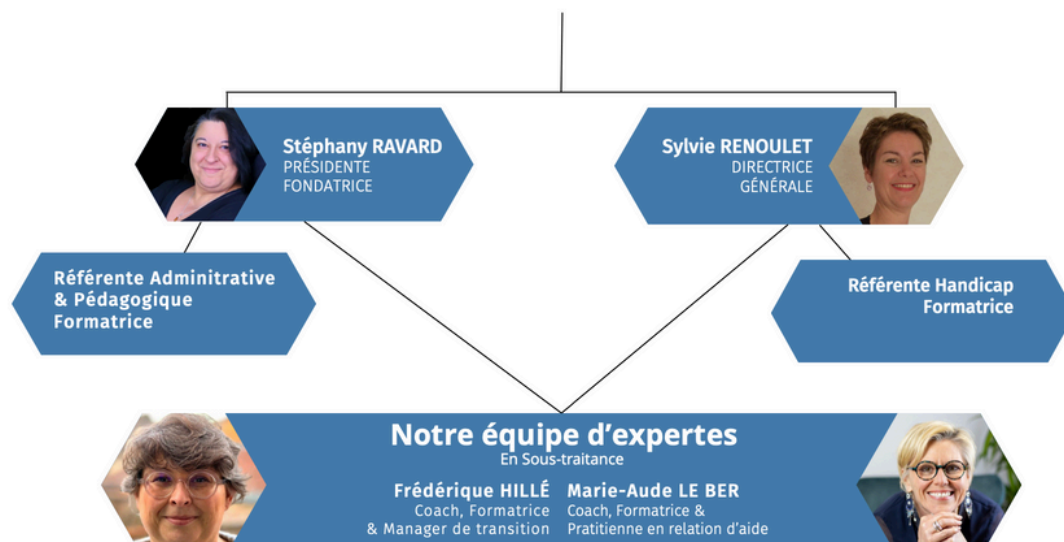
Manager de transition et spécialiste du tissu économique et de l'emploi d'Alsace. Coach consultante et formatrice.

Elle devient 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.

# L'ORGANIGRAMME

## **SAVOIR & ÊTRE CONSEILS**





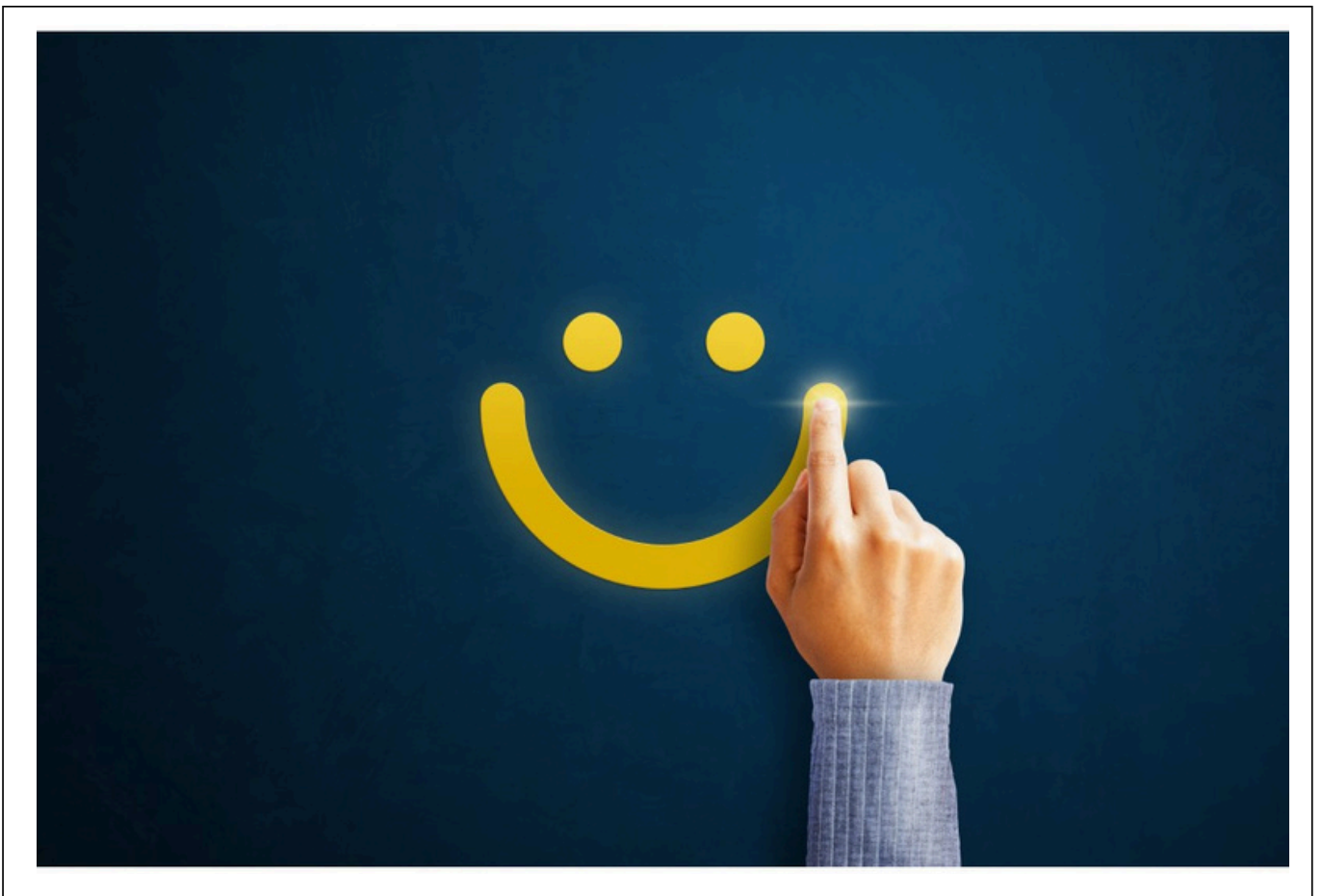
# SATISFACTION

---

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)