



SENI'OR VERS EMPLOI !

SAVOIR & ÊTRE CONSEILS



VERSION SEPTEMBRE 2025



EN SYNTHÈSE

Cette prestation s'adresse aux bénéficiaires de plus 50 ans afin de les redynamiser et les aider à reprendre confiance pour aborder la dernière partie de leur parcours professionnel.

Elle permet aux participants de repérer leurs forces et compétences transférables et prendre conscience de leurs atouts et potentiels, notamment en tant que senior.

Elle favorise une meilleure compréhension du marché du travail actuel afin de se préparer aux entretiens.

Enfin, elle facilite également la création et ou l'optimisation de son CV pour se positionner sur les offres et/ou demandes d'immersions et formations.

Durée : 3 jours (soit 24 Heures).

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

- Reprendre confiance en tant que Senior en développant son estime de soi
- Prendre conscience de ses atouts et potentiels, notamment en tant que senior
- Apprendre à valoriser ses atouts et potentiels
- Identifier et commencer à lever les croyances limitantes notamment liées à l'âge
- Optimiser et moderniser son CV en lien avec les éléments conscientisés
- Savoir chercher des offres du marché caché, répondre à des offres d'emploi et à des immersions.
- Savoir parler de soi et de son projet professionnel

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS :

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

- Se libérer des croyances limitantes sur l'âge et l'emploi.
- Identifier et mettre en avant leurs compétences transférables dans leur communication.
- Construire un argumentaire solide mettant en avant leur expérience et leurs compétences en anticipant les objections.
- Rechercher activement les secteurs et entreprises en demande de profils seniors.
- Se préparer aux entretiens d'embauche en valorisant leur expérience et en anticipant les objections.
- Optimiser leur CV.
- Postuler de manière ciblée en intégrant les candidatures spontanées et les demandes d'immersions professionnelles.



PROGRAMME

Un Parcours en 3 jours :

◆ Jour 1 : Retrouver son estime de soi lorsque l'on est sénior

- Auto-diagnostics
- Définition et composantes de l'estime de soi (échanges en intelligence collective et apports du formateur)
- Coaching des talents (outil spécifique de coaching pour révéler son potentiel personnel)
- Ancrer sa valeur intrinsèque (techniques de PNL notamment)

◆ Jour 2 : Identifier et lever les croyances limitantes notamment liées à l'âge

- Identifier les critiques habituellement faites aux séniors et dont ils ont été spécifiquement l'objet (sous forme de brain-storming et apports du formateur)
- Analyse des atouts d'être senior et mise en conscience de leurs forces à titre individuel (sous forme de brain-storming et apports du formateur)
- Ancrage des nouvelles croyances ressources (techniques de PNL notamment)

◆ Jour 3 : Optimisation du CV, positionnements et préparation aux entretiens

- Mettre à jour son CV en fonction des éléments conscientisés sur les deux premiers jours (talents, ressources, atout transférables) et commencer à se positionner sur des offres d'emploi et aller chercher le marché caché de l'emploi
- et/ou candidater sur des immersions.
- Apprendre à utiliser ces nouveaux arguments dans un échange professionnel



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
- Reprise du CV 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
- 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

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.



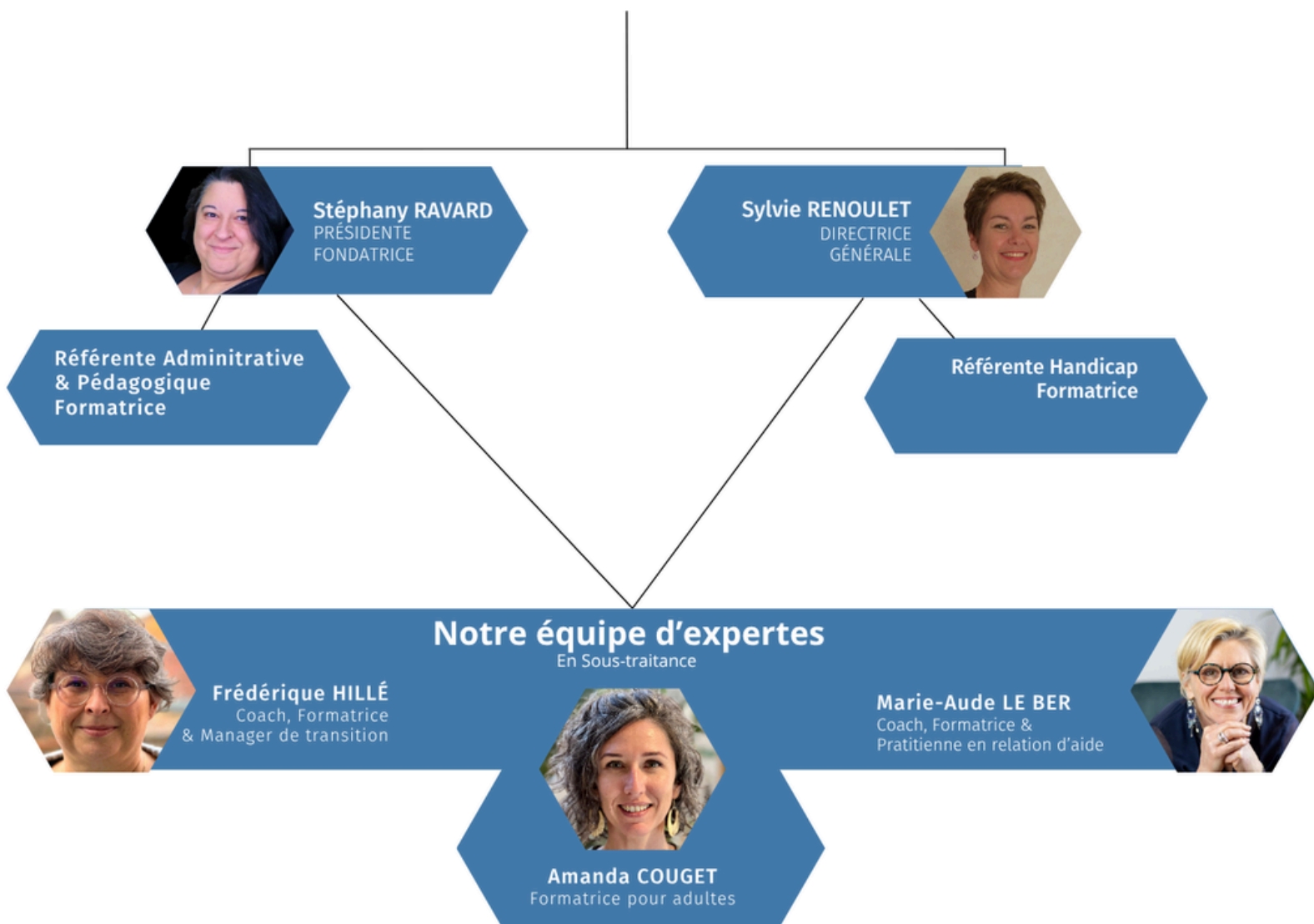
Amanda COUGET

Avec une belle carrière en tant que conseillère en insertion professionnelle, puis chargée de relation entreprise, Amanda se dirige vers la formation et la coordination pédagogique pour adultes.

Elle devient partenaire de Savoir & ÊTRE Conseils en 2025

Formations: Diplômée de l'université de Strasbourg en science de l'éducation puis en ingénierie de l'intervention en milieu socio-Educatif à l'université de Haute Alsace. Elle se forme également en intelligence artificielle, gamification, et facilitation graphique.

SAVOIR & ÊTRE CONSEILS



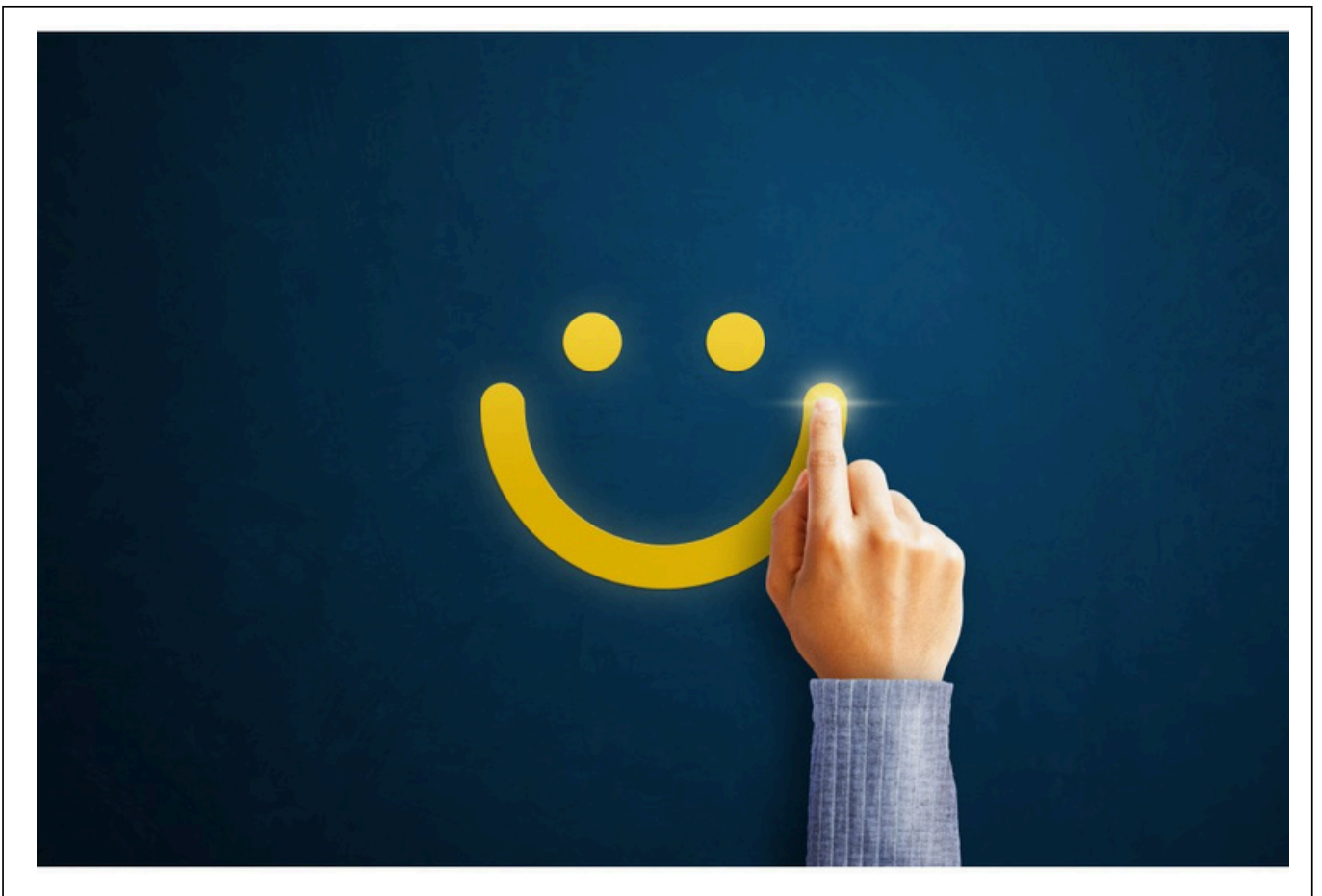
SAVOIR & ÊTRE
CONSEILS

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

Stéphany RAVARD :

06 69 53 11 32

stephany@savoiretetreconseils.fr

Sylvie RENOULET :

06 17 47 00 61

sylvie@savoiretetreconseils.fr