

## Fiche descriptive

### Formation Rebond

**Prérequis :**

- Intérêt pour secteur des métiers de bouche
- Âge minimum : 18 ans.

**Objectifs et programme :**

(Re)prendre confiance en soi et en ses capacités professionnelles

1. Savoir parler de mon parcours
  2. Savoir présenter mes compétences professionnelles, mes forces et talents
  3. Identifier et savoir expliquer mon projet professionnel
  4. Etre capable d'identifier ce qui pourrait m'aider et/ou m'empêcher de réaliser mon projet
- Atelier 1: Fenêtre Johari
  - Atelier 2: ikigai
  - Atelier 3: Blason

**Durée :** 1 jour (8 heures)

**Méthodes mobilisées :**

- Alternance de théorie et de mise en pratique
- Alternance de travail individuel et temps collectifs
- Mises en situation à partir de cas concrets
- Temps de présentation en groupe
- Support pédagogique

Toutes les ressources pédagogiques seront disponibles physiquement le jour de la formation.

**Modalités d'évaluation :** exercices pendant la formation et évaluation finale en fin de formation

**Modalités d'accès :** Pour vous inscrire à cette formation, il vous suffit de remplir le formulaire disponible sur notre site : [estello-formation.fr](http://estello-formation.fr).

**Délais d'accès :** 1 mois - ouverture à partir de 6 stagiaires.

**Référent pédagogique :** Madame Margaux Cosnier - [margaux.cosnier@desetoiletetesdesfemmes.org](mailto:margaux.cosnier@desetoiletetesdesfemmes.org)

**Personne à contacter en cas de problème :** Madame Margaux Cosnier - [margaux.cosnier@desetoiletetesdesfemmes.org](mailto:margaux.cosnier@desetoiletetesdesfemmes.org)

**Tarifs :** 150 euros / stagiaire

Aucune participation aux frais pédagogiques de la formation n'est demandée.

Le financement est effectué par les partenaires financiers de l'association Festin.

Nos formations sont ouvertes à tous. Si vous avez des **besoins spécifiques**, notamment liés à des situations de handicap, vous pouvez nous en informer à [margaux.cosnier@desetoiletetesdesfemmes.org](mailto:margaux.cosnier@desetoiletetesdesfemmes.org) pour que nous adaptions la formation à vos besoins.

**Indicateurs de résultats :** A ce jour, nous avons formé 6 personnes. 85% se déclarent entièrement satisfaites de la formation suivie.

*Mis à jour le 13/10/2023*