



Epanouissement professionnel  
Accompagnement vers l'emploi  
Préparation & bien-être à la retraite

## Accompagnements et Formations

### Accompagnements individuels :

Dans le cadre de mes activités, je vous accompagne principalement en ENTRETIENS INDIVIDUELS.

### Formations en groupes :

Lorsque plusieurs personnes souhaitent suivre les FORMATIONS avec d'autres, j'organise des formations en GROUPES. Se crée alors une plus grande dynamique efficace entre les participants.

### Prise en charge par le DIF (Droit Individuel à la Formation) :

Ces formations et accompagnements peuvent se réaliser dans le cadre du DIF.

Lieux : Je reçois sur RENNES et sur GUICHEN (sud de Rennes).

J'accompagne également par téléphone pour les personnes qui sont trop éloignées.

### Thèmes abordés dans les accompagnements et les formations (détails en dessous) :

- Retrouver la CONFIANCE en soi
- Créer un nouveau PROJET PROFESSIONNEL
- Trouver son ORIENTATION PROFESSIONNELLE et SCOLAIRE
- Préparer sa RETRAITE pour bien la vivre

### Retrouver la CONFIANCE en soi :

Objectif : Retrouver confiance en ses compétences et richesses personnelles pour être plus à l'aise dans son quotidien professionnel et personnel ainsi que dans ses relations.

### Programme :

Repérer les compétences déjà acquises, prendre appui sur ses forces et ses atouts personnels  
Comprendre ce qui fait douter, ce qui empêche d'agir ou d'être  
Acquérir et intégrer des outils simples pour augmenter la confiance en soi

Suite en dessous :

Marie Wecxsteen

Consultante en développement professionnel et personnel

06 81 93 46 15 - marie.w@wapadoo.fr - <http://www.mw-consultante.fr>

## Accompagnements et Formations (suite)

### Créer un nouveau PROJET PROFESSIONNEL :

Objectif : Reconstruire un projet professionnel juste et cohérent avec ses compétences et ses potentiels.

#### Programme :

Repérer les compétences déjà acquises et découvrir celles non exploitées  
Découvrir les environnements, les secteurs et les missions qui correspondent aujourd'hui  
Construire un projet professionnel adapté  
Préparer les étapes pour le réussir concrètement

### Trouver son ORIENTATION PROFESSIONNELLE et SCOLAIRE

Objectif : Identifier le métier ajusté pour trouver les études et les formations qui correspondent

#### Programme :

Ressentir ses envies, ce qui attire, ce qui fait vibrer  
Trouver ses forces, ses potentiels et ses compétences  
Identifier les environnements et les secteurs professionnels favorables  
Repérer les métiers qui correspondent et identifier celui qui est le plus adapté

### Préparer sa RETRAITE pour bien la vivre :

Objectif : Préparer sereinement cette nouvelle vie en fonction de ses aspirations profondes.

#### Programme :

Regarder les peurs et les désirs engendrés par ce grand changement  
Repérer ce qui sera facile, ce qu'il est nécessaire de prendre soin  
Identifier les envies, les rêves et les contraintes  
Construire un nouveau quotidien réaliste et épanouissant

**Marie Wecxsteen**

Consultante en développement professionnel et personnel  
06 81 93 46 15 - [marie.w2@wanadoo.fr](mailto:marie.w2@wanadoo.fr) - <http://www.mw-consultante.fr>