



Épanouisseurs
professionnels



PROGRAMME

Préparer ma prochaine étape pro

Réfléchir à ses aspirations, identifier sa prochaine
étape professionnelle et passer à l'action, grâce à :

→ *Des exercices de
réflexion*

→ *Des séries de
bonnes questions*

→ *De l'action !*

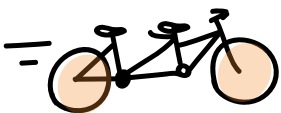
3 étapes

- 1 *Bien se préparer pour
clarifier ses aspirations*
- 2 *Explorer les possibles*
- 3 *Identifier et creuser des
pistes concrètes de métiers*

En synthèse

*Votre feuille de route et des
prochaines étapes réalistes,
réalisables et surtout...
désirables !*

En option



Durant tout le programme
un **coach professionnel**
vous accompagne par écrit.

Avec



L'ensemble parsemé de
**contenus et vidéos
inspirantes**



Un **mail motivant**
chaque semaine.

Le programme du programme

Prévoir environ **1h30 / semaine** sur **8 semaines**

Clarifier mes attentes

- **Accueil** : message de Bienvenue
- **Méthodologie Bloomr** : rappel sur la mise en condition
- **Ton point de départ** : questions pour savoir d'où je pars
- **C'est quoi réussir ta vie professionnelle** : exercice sur ma vision de la réussite professionnelle
- **Donner du sens à ton travail** : exercice sur le sens que je souhaite donner à mon travail

Explorer mes souhaits et le monde des possibles

- **Un marathon, pas un sprint** : la vie professionnelle est une longue aventure
- **Et concrètement, au quotidien** : exercice sur le quotidien professionnel souhaité
- **Photographie de ta vie professionnelle** : visualiser ma vie professionnelle rêvée
- **Qui admires-tu ?** : car on a souvent en soi les germes de ce que l'on admire chez les autres
- **De quoi as-tu peur ?** : travail sur mes peurs, sur ce qui m'empêche d'avancer
- **Je ne pourrais pas vivre sans avoir peur** : vidéo inspirante avec une star belge
- **Explore. Rêve. Découvre** : découverte de l'horizon des possibles en termes de métiers

Choisir et agir

- **La nuit porte conseil** : comment réfléchir en dormant !
- **Évaluer ton.tes idées** : faire le tri et évaluer mes idées
- **Mène l'enquête** : aller plus loin sur les idées retenues
- **Action !** : identifier les 3 actions concrètes à engager dans les prochaines semaines
- **Célébrer le chemin parcouru** : célébration et bilan