

A close-up photograph of a person's hands holding a blue pen and a document. The document has several lines of text highlighted in pink. The person is wearing a black and gold patterned top and a ring on their left hand. In the foreground, there is a clear glass of water. The background is a soft, out-of-focus orange color.

f · information

Bilan-portfolio de compétences

De la
biographie
au projet

Bilan-portfolio de compétences pour femmes au foyer

Session Novembre 2019-Février 2020

les mardis de 13h30 à 16h30

2019 : mardis 5, 19, 26 novembre, 3, 10 et 17 décembre

2020 : mardis 7, 14 et 28 janvier et 4 février

Animatrice

Chokoufeh Samii, accompagnatrice de
bilan-portfolio méthode *effe*

Inscription par mail

femmes@f-information.org

Délai d'inscription et paiement

le 4 octobre 2019

Prix* (matériel compris)

CHF 800.- / Membres de F-information : CHF 750.-

*Possibilités d'arrangements de paiement

Le bilan-portfolio de compétences selon la méthode effe

- › Une formation pour rechercher, découvrir, analyser vos forces et vos compétences **à partir de vos expériences**
- › Un moment de réflexion personnelle
- › Une expérience de groupe
- › La réalisation d'un portfolio personnel de compétences, document répertoriant les traces de vos ressources et acquis.

Une démarche active en 6 étapes :

1. Engagement réciproque et motivation personnelle
2. Trajectoire de vie et inventaire des expériences
3. Expériences sous la loupe
4. Identification des ressources
5. Synthèse des ressources et compétences
6. Projet

La méthode effe

Elaborée par **espace de formations formation d'espaces** (www.effe.ch), c'est une méthode reconnue par l'ARRA - Association Romande pour la Reconnaissance des Acquis.

objectifs

- › **Faire le point à un moment charnière de sa vie** pour mobiliser de l'énergie vers un changement
- › **Prendre confiance en soi** et mieux se connaître
- › **Identifier ses ressources** pour ajuster ses choix
- › **Valoriser les compétences acquises** dans la vie privée, la sphère professionnelle et la formation
- › **Auto-évaluer ses compétences-clés** pour les transférer dans un projet
- › **Définir un projet de vie, de formation ou d'emploi**

Pour qui ?

1. Femmes en emploi ou en transition professionnelle

- Envisager un changement
- Se repositionner par rapport à sa vie privée et son parcours professionnel
- Construire un nouveau projet professionnel et de vie

2. Femmes au foyer souhaitant reprendre une activité professionnelle

- Reprendre confiance en soi
- Se positionner face au marché du travail
- Élaborer un projet professionnel

Afin de pouvoir effectuer ce bilan dans de bonnes conditions, **il est indispensable d'avoir une bonne maîtrise orale et écrite du français.**

Questions pratiques

- **Modalités**

10 rencontres de 3 heures en groupe de 6 personnes

Au total 40 périodes de cours et un important travail personnel de 30 à 50 heures

- **Lieu**

F-information - Salle Gabriela - 1er étage
67, rue de la Servette, Genève - **TPG** arrêt Poterie

- **Prix**

Matériel compris: CHF 800.-

Membres de F-Information : CHF 750.-

Possibilité d'arrangements de paiement

- **Animatrices**
F-information

Chokoufeh SAMII
et Mélanie BLANC-JOUVEAUX,
formatrices d'adultes et accompagnatrices
de bilan-portfolio méthode effe

- **Pour plus de détails**

Chokoufeh SAMII
c.samii@f-information.org

Mélanie BLANC-JOUVEAUX
m.blanc-jouveaux@f-information.org





Témoignages

« La dynamique stimulante des échanges en groupe m'a donné confiance en moi. »

« Cet atelier m'a permis de mobiliser l'énergie nécessaire pour me positionner face au changement de carrière que j'envisage. »

« Ce bilan amène vraiment un changement de regard sur soi. Il nous aide à vivifier des forces négligées et des qualités oubliées chez nous. »

f · information

67, rue de la Servette
1202 Genève

TPG arrêt Poterie

Tél. 022 740 31 00

femmes@f-information.org

www.f-information.org

Horaires

lundi 14h - 18h

mardi 9h - 12h et 14h - 18h

mercredi 9h - 13h

jeudi 9h - 19h

vendredi 9h - 13h