

Descriptif de formation

Les mardis 10 et 24 mars 2026 – 9h00 à 17h00, 17 mars – 18h00 à 19h00 en ligne

Femmes et compétences – apprends à valoriser tes forces pour l'emploi

A l'occasion de la journée des femmes, nous offrons cette formation à toutes les femmes qui veulent travailler ou changer de métier ! Alors, es-tu intéressée à faire un bilan de compétences ? En partant de ton parcours de femme, au travail et dans ta vie personnelle, tu apprends à mieux te connaître, à construire un projet réalisable et à préparer un dossier de candidature qui montre que ton profil correspond au travail souhaité. En comprenant mieux la richesse de tes expériences, tu sauras mieux te présenter pendant un entretien d'embauche.

Objectifs :

Général :

Je...

- identifie mes compétences, définis un projet professionnel réaliste et acquiers les outils nécessaires pour accéder à l'emploi et /ou me réorienter.

A l'issu de la formation :

Je....

- suis en mesure d'identifier et de valoriser mes compétences y compris celles développées dans ma vie personnelle et familiale
- peux décrypter les attentes du marché du travail actuel
- construis un projet professionnel cohérent et me mobilise pour le concrétiser
- utilise des outils d'intelligence artificielle (IA) pour créer un dossier de candidature efficace et personnalisé (CV, lettre de motivation)
- sais me préparer et mettre en valeur mes compétences, mes qualités et mes expériences dans un entretien d'embauche
- gagne en autonomie et en impact dans mes démarches professionnelles.

Contenu

Jour 1 :

- Les étapes clés et formatrices de son parcours de vie
- Les analyses d'expériences
- La valorisation des compétences familiales
- L'identification des intérêts

Zoom : Questions & Réponses sur les exercices de bilan à faire entre le J1 et J2

Jour 2 :

- La synthèse de compétences
- L'établissement d'un projet (définitions, étapes, réalisation)
- Les freins (croyances limitantes, manque de confiance) et ses antidotes
- Les meilleures techniques de recherche d'emploi (réseau, dossier candidature, entretien d'embauche)
- Les premiers pas

formation-ARC.Suisse

Animation

NALLY, Corinne-Nathalie, Formatrice d'adultes brevetée, Formatrice en bilan de compétences, Facilitatrice en Pleine Conscience et en Gestalt thérapie

Public cible, nombre de participant·e·s

Formation ouverte à toutes les femmes, en particulier celles confrontées à des obstacles sociaux, familiaux ou liés à un parcours migratoire.

Limité à 12 personnes

Lieu

Hôtel Continental, Place de la Gare 2, 1003 Lausanne, tél. 021 321 88 00

Inscription et désistement

Inscription : Pour garantir la planification, inscrivez-vous suffisamment tôt, idéalement avant la date limite de désinscription. Sinon, les inscriptions sont possibles tant que le formulaire d'inscription est ouvert sur notre site web.

Désistement (sans conséquences financières) : jusqu'au **jeudi 5 février 2026** au plus tard, à l'adresse suivante : arc@travailsuisse.ch.

Frais

Pour les **membres**, les frais sont pris en charge comme suit :

- **Syna** : 4 jours de cours / an ou 2 jours de cours pour les retraités et les apprentis.
- **transfair** / transfair Poste : 2 jours de cours / an, le même cours ne peut être suivi qu'une seule fois sur une période de trois ans.
- **SCIV** : jusqu'à CHF 450 / an
- **SwissPersona** : jusqu'à CHF 1'000 / an

Ensuite, les frais sont à la charge des participants.

Pour les **non-membres** : CHF 990.- (documentation de cours et repas inclus)