

Descriptif de formation

Lundi 21 et mardi 22 septembre 2026 – 9h00-17h00

Trouve ta prochaine étape professionnelle – et apprends à en parler de façon pertinente et authentique

Tu es en questionnement par rapport à ta situation professionnelle ? Tu te demandes si tu es à la juste place ? Tu cherches éventuellement à évoluer au sein de ta structure professionnelle actuelle ? Tu cherches un nouveau job ou à te reconverter ? Tu te demandes comment communiquer de façon juste et optimale à ce sujet et par où commencer sans que ce soit un poids mais plutôt une opportunité enrichissante ?

Objectifs

Je...

- m'autorise à explorer ce que je veux de ma vie professionnelle, en haute-fidélité avec moi-même
- continue à mieux me connaître et à me compléter
- détermine mon itinéraire personnalisé pour avancer dans la direction choisie, étape par étape (environnement, comportements, compétences, valeurs, identité, mission)
- définis et ajuste mes mots et ma posture de façon authentique et pertinente.

Contenu

Lors de cette formation sur 2 jours dans un lieu qui se prête à la réflexion et au bien-être, vous pourrez vous poser et être encadré sans jugement pour (re)trouver et mettre à jour vos souhaits professionnels, vos compétences et vos atouts. A l'issue de la formation combinant l'esprit rationnel et l'intuitif, vous aurez avancé sur la clarté de ce que vous souhaitez comme prochaine étape professionnelle et disposerez d'outils, de conseils personnalisés et éventuellement de contacts pour la mettre en action. Il s'agit :

1. d'explorer ce qui vous correspond professionnellement (**Désirabilité**)
2. de détailler les actions concrètes pour l'obtenir (**Faisabilité**)
3. et de peaufiner la juste **posture et communication** à l'écrit (CV, linked in, e-mail de réseau...) et à l'oral (elevator pitch, préparation d'entretien...) avec aisance, professionnalisme et cohérence.

Animation

Charlotte Frederiksen, coach professionnelle et formatrice en développement de l'intuition chez Co-incidence, formée à la HEC Paris en Executive Coaching, après 15 ans en communication en entreprise.

Public cible, nombre de participant·e·s

Toutes les personnes (pas de pré-requis nécessaire) curieuses et motivées pour trouver un chemin professionnel qui leur correspond mieux: leader, manager, personne en transition professionnelle, entrepreneur·r/se, jeune adulte...

Limité à 12 personnes

Lieu

Crêt-Bérard, Ch. de la Chapelle 19a, 1070 Puidoux, tel. : 021 946 03 60

Navette : 3.- p.p par trajet entre la gare de Puidoux et Crêt Bérard

formation-ARC.Suisse

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 **vendredi 21 août 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 1'140.- (documentation de cours et repas inclus)