

# AH Accompagnement

TRANSITIONS DE CARRIERE



AH Accompagnement  
Reconversion Professionnelle

Voici en récapitulatif, l'accompagnement que je vous propose pour vous permettre de trouver le projet professionnel qui vous épanouira de manière guidée.

## PROGRAMME TROUVER SA VOIE, LA GRANDE AVENTURE



# AH Accompagnement

## TRANSITIONS DE CARRIERE

Le programme TROUVER SA VOIE COMPREND

### 1. LE CONTENU : LES GUIDES LES CARTES LES BOUSSOLES !

Le programme vous propose différents contenus pour vous permettre d'avancer chez vous tranquillement entre les RDV individuels sur les différents thèmes abordés.

Les contenus sont pensés pour vous permettre une découverte sous tous les angles.

- Des tests : Process Communication, RIASEC, Central Test ou Explorama (tests qui nécessitent une certification professionnelle), Valeurs, besoins...
- Des exercices de coaching, de visualisation, de développement personnel
- Des exercices de créativité
- Des lectures, des sites à consulter pour vous donner des idées, des podcasts

### 2. UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL PERSONNALISE :

Nous ferons le point ensemble après chaque étape (**8 séances individuelles en ligne d'1h15**) pour que vous intériez au mieux ce que vous venez de découvrir, pour vous aider à aller plus loin aussi et vous révéler des petits secrets que seuls les locaux connaissent !

La performance du contenu est en effet boostée par nos séances durant lesquelles nous échangeons sur les résultats, vos doutes, vos idées, je vous donne des clés pour avancer, pour comprendre, je vous éclaire et vous rebooste !

# AH Accompagnement

## TRANSITIONS DE CARRIERE

Il s'agit ici de la force :

d'une séance INDIVIDUELLE puisque votre parcours, vos talents et vos envies sont UNIQUES

menée par un PROFESSIONNEL : pour démêler les fils, il est important d'être face à un professionnel qui à des outils, des méthodes pour vous faire avancer et pas uniquement à des pairs qui vivent la même chose.

### 3. DU COLLECTIF !

Vous partagerez avec les autres aventuriers sur vos doutes, vos joies, vos découvertes dans un **groupe privé (et confidentiel !)** Facebook pour des conseils, du soutien et la constitution d'un réseau.

Pourquoi choisir entre individuel OU groupe ? Les 2 sont complémentaires

### + UN BOOSTER POUR TOUT LE PARCOURS : LA SOPHROLOGIE !

Et ma potion magique (oui oui comme Astérix !) pour déjouer les pièges : la sophrologie !

La sophrologie vient comme une potion magique tout au long du parcours :

pour vous aider à lever les blocages plus profonds qui vous empêchent d'avancer

et ainsi booster la performance de l'accompagnement.

# AH Accompagnement

## TRANSITIONS DE CARRIERE

Pour chacun des 8 thèmes du parcours, un audio de sophrologie spécialement dédié à la reconversion :

- stress et reconversion
- prendre confiance en ses compétences
- visualiser et ancrer ses réussites
- visualiser son futur
- dépasser ses peurs

...

Et des séances de groupe dans les coachings de groupe

ET 2 BONUS POUR TERMINER !

Bonus 1 : Faire taire la petite voix maléfique !

La confiance en soi est souvent mise à rude épreuve dans ces questionnements professionnels, je vous propose donc des exercices personnalisés : on commence par un test pour évaluer la confiance en soi.

Et dans tout l'accompagnement, la prise en compte de vos compétences, de vos talents, vous permettra aussi de bien améliorer votre confiance

Bonus 2 : sors sors la clepsydre !

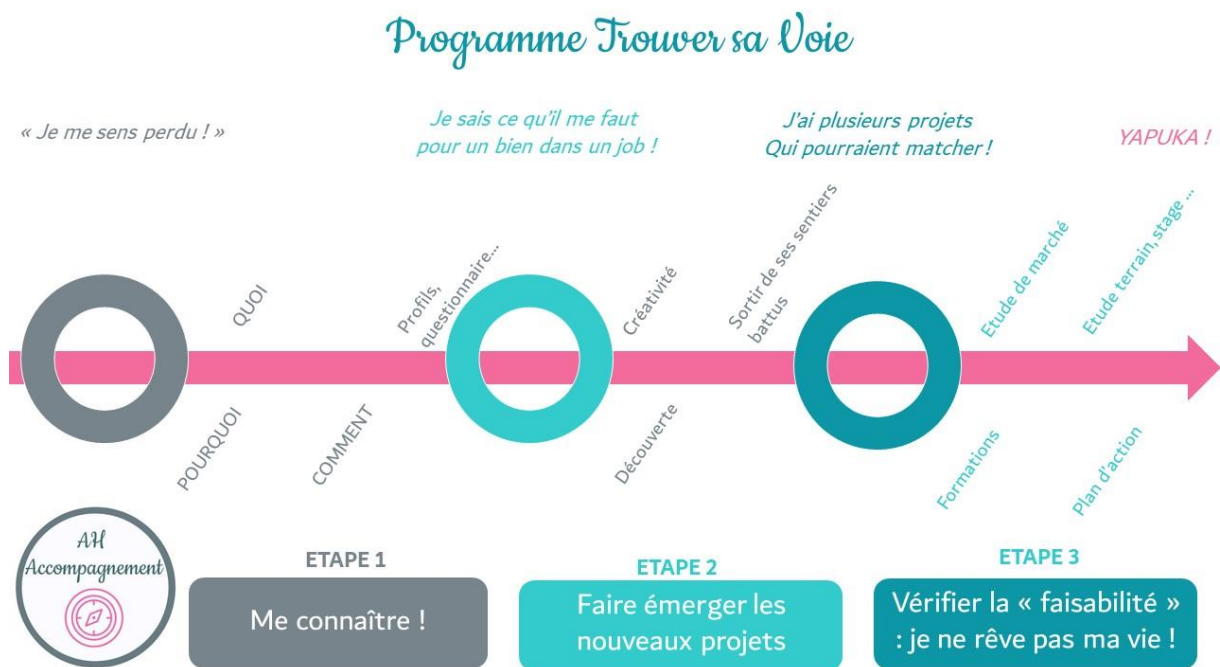
Quand on cherche du travail, quand on veut se réorienter encore plus qu'en temps normal, savoir gérer son temps est clé, je vous propose donc d'apprendre à repérer vos mangeurs de temps et à mieux les gérer.

# AH Accompagnement

## TRANSITIONS DE CARRIERE

### DEROULE DU PROGRAMME TROUVER SA VOIE, LA GRANDE AVENTURE

Voici le plan classique du programme TROUVER SA VOIE, qui permet de travailler votre profil professionnel et votre projet professionnel en utilisant ma « Méthode des 3 curseurs QUOI / POURQUOI / COMMENT » ®.



# AH Accompagnement

## TRANSITIONS DE CARRIERE

- Séance 1 : Exploration de votre parcours personnel et professionnel
- Séance 2 : LE QUOI Compétences et réalisations
- Séances 3 : LE POURQUOI Motivations, valeurs, besoins professionnels, qualités, rêves / test Process Communication, test RIASEC, analyse 360°
- Séance 4 : Créativité – ouverture à de nouveaux horizons, à de nouveaux métiers, les métiers du futurs + affronter vos peurs !

et tests Professionnel Central Test <https://www.centraltest.fr/solutions/test-personnalite-profil-pro-2.php> ou Explorama (selon besoin) + Test profil professionnel Riasec. Avec une liste de métiers qui vous correspondent

### *+ Possibilité d'un travail par groupe de 3*

- Séance 5 : Le comment, les contraintes : quels sont les environnements de travail à privilégier pour vous, quels sont vos besoins prioritaires, dans quel type de société, de rythme de travail ?

Etablissement des 3 projets à étudier

- Séances 6/7 : l'analyse de 2/3 projets. Etude documentaire, étude terrain, formations : étude des projets dans le détail et sous toutes ses coutures pour finir de choisir et se lancer avec TOUTES LES CARTES en main.

- Séance 8 : plan d'actions détaillé pour les 6 mois à venir pour la mise en place concrète du projet choisi : avec possiblement 2 projets en cascade

+ BONUS CONFIANCE EN SOI ET GESTION DU TEMPS

Les séances durent 1h15, entre chaque séance vous avez des exercices, des fiches outils (VAE, formation, étude de marché...) pour vous permettre d'avancer.

# AH Accompagnement

TRANSITIONS DE CARRIERE



## Ma garantie AH Accompagnement



Il est toujours un peu stressant de s'engager dans un accompagnement...  
Et si ça ne marche pas, et si je ne trouve pas de travail qui me plaît, et si ...

Alors, je vous garantis un suivi jusqu'à ce que vous soyez dans votre prochain poste (si vous décidez de changer !!) quand vous choisissez force 2 ou 3 !



Avec un RDV par mois de 30 mn pour faire le point !



Un petit témoignage audio : <https://youtu.be/ZbxOcMIzndY>

“

*Mais ça, toute seule, je n'aurais pas pu. Je serais restée dans un tourbillon, coincée, sans savoir trier les options.*



LYDIA, TEMOIGNAGE  
PROGRAMME TROUVER SA VOIE



WWW.AH-ACCOMPAGNEMENT.COM  
TROUVER SA VOIE - RECONVERSION