



# Quel sens donner à votre travail ? - Rabais 20%

## Description

Vous voulez en finir avec un travail qui ne vous correspond plus; vous souhaitez vous épanouir dans votre vie professionnelle. Vous êtes déterminé à trouver le métier qui a du sens pour vous. A travers un programme innovant (vidéos, tests, histoires, livres), alliant exercices concrets et théories, découvrez ce qui vous fait vibrer et définissez le projet professionnel. Il va contribuer à :

- Apporter de la clarté à vos priorités professionnelles
- Vous investir dans un projet qui vous tient à coeur
- Vous sentir aligné avec votre métier
- Identifier les résistances qui vous ont retenu jusqu'à présent
- Retrouver votre confiance et joie de vivre au quotidien.

Avec ce programme, vous serez de nouveau aligné avec vos aspirations profondes et aurez défini en quoi vous pouvez être utile et auprès de qui.

## Contenu

- Différents supports : vidéos, mood boards, citations, histoires, livres et tests
- Exercices individuels et en groupe
- Exercices avec le corps
- Ancrage des apprentissages
- Mise en place des pièces du puzzle de votre portrait professionnel
- Séance 1 : La stratégie du hasard: état des lieux - place du sens au travail
- Séance 2 : Les vitamines du coeur: Identification de vos boussoles
- Séance 3 : Le cadeau: vos aspirations professionnelles
- Séance 4 : Le problème: dépasser vos peurs, doutes, résistances
- Séance 5 : Les secrets de la réussite: systémique et équilibre de vie
- Séance 6 : Le thème: intégration, synthèse et portrait professionnel
- Séance 7 : Nouveau départ: présentation projet professionnel final

## Prérequis

Avoir envie de changement dans sa vie professionnelle

## Groupe cible

- Personnes non satisfaites dans leur travail actuel
- Personnes à la recherche d' un nouveau souffle professionnel, cherchant à vivre aligné
- Personnes souhaitant (re)travailler après une pause.

## Objectifs

Le programme est un fil rouge de 7 séances pour aider la personne à réfléchir sur elle-même et son avenir professionnel afin de savoir qui l'on est pour envisager sereinement là où l'on veut aller professionnellement. A la fin du cours, la personne aura les clés pour piloter sa vie, définir

Ecole-club Migros Lausanne

Tel. +41 58 568 30 00

Rue de Genève 33  
1003 Lausanne

ecoleclub@gmvd.migros.ch  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

école-club

MIGROS



# Quel sens donner à votre travail ? - Rabais 20%

son épanouissement et projet professionnel.

<b>Date</b>	27.02.2020 - 09.04.2020 / E_1379426
<b>Horaire</b>	09:00 - 12:00 h
<b>Jours</b>	Je
<b>Durée</b>	7 Jours de cours. Total 21.00 périodes à 50 minutes
<b>Ecolage</b>	CHF 497.00
<b>Lieu du cours</b>	Rue de Genève 33, 1003 Lausanne

<b>Dates</b>	<b>Jour</b>	<b>Date</b>	<b>Heures</b>
	1 Je	27.02.2020	09:00 - 12:00
	2 Je	05.03.2020	09:00 - 12:00
	3 Je	12.03.2020	09:00 - 12:00
	4 Je	19.03.2020	09:00 - 12:00
	5 Je	26.03.2020	09:00 - 12:00
	6 Je	02.04.2020	09:00 - 12:00
	7 Je	09.04.2020	09:00 - 12:00

**Ecole-club Migros Lausanne** Tel. +41 58 568 30 00

Rue de Genève 33  
1003 Lausanne

[ecoleclub@gmvd.migros.ch](mailto:ecoleclub@gmvd.migros.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

