

🌟 **Ce que vous allez vivre :**

Un parcours qui vous ressemble, créatif et résolument humain

Ici, on expérimente, on crée, on échange, à travers des outils concrets, visuels et ludiques.

1^{er} RDV Gratuit et Sans Engagement : échangez avec votre formatrice et définissez ensemble les modalités de la formation (prévoir 45 minutes)

	ACTIVE TON IKIGAÏ
Objectifs	Construis un projet qui te ressemble • Mieux vous connaître • Transformer votre transition en une stratégie de repositionnement durable et cohérente. • Donner une direction à votre parcours professionnel
Durée	4 séances (soit 7 heures d'accompagnement) sur 1 mois En présentiel ou visio + du travail personnel intersession 1 RDV post formation à 6 mois
Tarif	450,00 € TTC*

- Tarif public TTC (TVA non applicable - article 293 B du CGI)

ACTIVE TON IKIGAÏ

Séquence 1 : Identification des leviers de motivation et d'épanouissement

Accueil	- Valider les objectifs - Poser le cadre - Expliquer la méthode & les modalités	1 RDV
<u>Cercle 1:</u> Ce que j'aime	Identifier mes sources de plaisir et de motivation <i>Ex d'outil mobilisé: Questionnaire de facilitation</i>	

Séquence 2 : Cartographie des talents, aptitudes et valeurs

<u>Cercle 2:</u> Ce en quoi je suis doué	Prendre conscience de mes compétences et de mes valeurs <i>Ex d'outil mobilisé: Inventaire des réussites</i>	1 RDV
---	---	-------

Séquence 3 : Analyse de l'utilité sociale et des besoins de l'écosystème

<u>Cercle 3:</u> Ce dont les autres ont besoin	Comprendre en quoi je peux être utile aux autres et/ou à la société <i>Ex d'outil mobilisé: La fleur des besoins</i>	1 RDV
---	---	-------

Séquence 4 : Viabilité économique et stratégie de monétisation

<u>Cercle 4:</u> Ce pour quoi je peux être payé	Identifier les activités pouvant générer un revenu en lien avec mes compétences et intérêts. <i>Ex d'outil mobilisé: Explorama</i>	1 RDV
Clôturer	Evaluation des objectifs initiaux	

Objectifs Pédagogiques de la Formation:

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- **Identifier ses leviers de motivation et ses valeurs fondamentales** afin de redonner de la cohérence à son parcours.
- **Cartographier ses aptitudes et ses soft skills** pour optimiser sa posture en environnement de travail.
- **Définir son Ikigaï** pour renforcer son engagement et son efficacité au quotidien.
- **Analyser** les besoins du marché et de son écosystème pour garantir l'utilité sociale du projet.

La formation « Active ton Ikigaï » est réalisée dans le respect du cadre légal cadre légal de la formation professionnelle continue, conformément aux dispositions du Code du travail français.

Public

Toute personne peut bénéficier d'une formation. **Aucun prérequis n'est exigé** pour suivre la prestation.

Méthodes mobilisées

Questionnaires et tests,
Fiches exercices.

Modalités et délai d'accès

1^{er} RDV Gratuit et Sans Engagement est proposé sous 48 heures après la 1^{ère} prise de contact (téléphone, mail, site).

Le démarrage de la formation intervient généralement sous 15 jours après la validation de devis et du financement.

Modalités d'accompagnement (Présentiel et/ou Distanciel) et suivi technique

Accompagnement individuel modulable en présentiel ou à distance (via visioconférence synchrone sécurisée).

Les séances à distance s'effectuent en visioconférence individuelle ou collective synchrone via une solution sécurisée. Entre chaque rendez-vous, un suivi est assuré par e-mail ou via des outils partagés pour accompagner le travail personnel et intersessions. En amont du parcours, un test de connexion est réalisé lors du premier rendez-vous gratuit pour valider les prérequis techniques (ordinateur/tablette, connexion haut débit, micro et webcam). Une assistance technique est assurée par le consultant pour garantir la continuité pédagogique en cas de besoin.

Financement

La formation « Active ton Ikigai » peut être financée à titre personnel, par votre OPCO, votre employeur.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap: SEIDRE s'engage à rendre ses prestations accessibles à tous les publics: les locaux sont conformes aux normes PMR, en cas de besoin spécifique, des aménagements pédagogiques ou organisationnels sont possibles (rythme, outils, communication adaptée, ...), un référent handicap (accessible: accueil@seidre.com) est à disposition pour étudier les solutions d'adaptation.

Modalités d'évaluation

Votre progression est évaluée tout au long du bilan :

- auto-évaluation initiale ;
- validation des objectifs en début de parcours ;
- évaluation de l'avancement à chaque entretien ;
- validation de la faisabilité du projet professionnel ;
- auto-évaluation finale ;
- questionnaire de satisfaction.

Le livret Ikigai est co construit et remis lors de la dernière séance. La confidentialité des échanges est respectée.

Contact: Alexandra BARBARIT

 06 76 74B 49 08 ou  alexandra.barbarit@seidre.com