



Catalogue de formation 2023-2024

Mon coach Mobilité, organisme de formation enregistré sous le numéro 11756495975 auprès du préfet de la région Ile de France. Le numéro SIREN de l'organisme de formation est le 890794613. Le siège social est situé 48B quai de Jemmapes, 75010 Paris .

Contact : contact@moncoachmobilite.com

10/08/2023

Mon
coach
Mobilité

LES FORMATIONS standards



« Comment être efficace en mobilité interne »

La mobilité interne est une démarche complexe qui nécessite de comprendre les règles

PREREQUIS

Aucun

CIBLE

Pour tous collaborateurs en réflexion sur le projet de carrière ou en transition professionnelle.

DUREE

1h30 de 5 à 10 personnes en distanciel et du travail personnel additionnel préparatoire

OBJECTIF

Comprendre les enjeux liés à la mobilité interne, le rôle des différents acteurs (manager, RH ...), et reconnaître les éléments de la politique de mobilité interne

OUTILS PEDAGOGIQUE

Présentation collective, travail en co-développement, exercice participatif, exercice personnel (hors séance)

« Comment être efficace en mobilité interne » (2)

objectifs

Identification des acteurs et de de leur rôle

Comprendre les enjeux de la mobilité interne et les process

Méthode

Comprendre par des questionnaires
Sur RH, Manager, direction, salarié :

Quel rôle, quel impact ?

Comprendre par des questionnaires
Ou trouver les informations, les
enjeux, ...

Atelier

« Gérer son image et sa réputation »

La réputation est un élément que chacun subit plus ou moins consciemment et qui est une réelle clé dans la gestion de la carrière d'un individu. La réputation est en réalité plurielle.

PREREQUIS

Aucun

CIBLE

Pour tous collaborateurs en réflexion sur le projet de carrière ou en transition professionnelle.

DUREE

3h de 5 à 7 personnes en présentiel ou distanciel et du travail personnel additionnel préparatoire

OBJECTIFS

Prendre conscience de la réputation que chacun porte. Découvrir les outils de gestion de l'image, appréhender les leviers de développement de la réputation.

OUTILS PEDAGOGIQUE

Présentation collective, travail en co-développement, exercice participatif, exercice personnel (hors séance)

« Gérer son image et sa réputation » (2)

objectifs

Prise de conscience individuelle
de sa propre réputation

Cartographier les niveaux et l'objet des
réputations

Apprendre à gérer sa réputation

Être conscient de ce que l'on porte

Se libérer de sa réputation

Méthode

Envoie à chaque participant de
2 questionnaires sur :
sa propre réputation et
les réputations que le salarié
porte

Analyse des questionnaires sur :

- Le niveau de la réputation (national /
entreprise / département)
- l'objet de la réputation (compétences,
savoir-faire, historique...)

Simulation d'entretien pour poser
sa réputation

Outils pour en faire une force

J-15

Atelier

« Manager sa carrière grâce au networking »

Le networking est un des leviers les plus efficaces pour gérer sa carrière, augmenter son efficacité dans son poste.

PREREQUIS

Aucun

CIBLE

Pour tous collaborateurs en réflexion sur le projet de carrière ou en transition professionnelle.

DUREE

3h de 5 à 7 personnes en présentiel ou distanciel et du travail personnel additionnel préparatoire

OBJECTIF

Comprendre les enjeux liés au networking, les règles du jeu et découvrir les leviers pour lever les freins

OUTILS PEDAGOGIQUE

Présentation collective, travail en co-développement, exercice participatif, exercice personnel (hors séance)

« Manager sa carrière grâce au networking » (2)

objectifs

Appréhension du sujet

Comprendre les enjeux et les règles du jeu du networking

Lever les freins

Méthode

Envoie à chaque participant de

- 1 questionnaire sur le networking
- de vidéos introductives

Exercices sur :

- Identification des réseaux
 - Fonctionnement
- Développer la confiance

Mise en situation sur les freins et comment les dépasser

J-15

Atelier

« Faire de la séniorité un atout en mobilité »

La séniorité est un élément que chacun subit plus ou moins consciemment et qui est une réelle clé dans la gestion de la carrière d'un individu.

PREREQUIS

Aucun

CIBLE

Pour tous collaborateurs de 45 / 50 ans qui cherche une transition professionnelle et souhaite gérer la question de la séniorité.

DUREE

3h de 5 à 7 personnes en présentiel

OBJECTIFS

Identifier les composantes de la séniorité

Faire évoluer sa posture pour renforcer son employabilité

Construire une présentation positive de sa séniorité

OUTILS PEDAGOGIQUE

Présentation collective, travail en co-développement, exercice participatif

« Faire de la séniorité un atout en mobilité »

objectifs

Identifier les composantes de la séniorité

Faire évoluer sa posture pour renforcer son employabilité

Construire une présentation positive de sa séniorité

Méthode

Lister les éléments constitutifs :

- Travail de groupe
- Travail individuel
- Élargissement de la vision de la séniorité

Analyse des attitudes sur les éléments constitutifs vu précédemment :

- Travail sur le corps, les représentations ...
- Analyse de l'impact sur les autres

Simulation d'entretien pour poser sa séniorité

Outils pour en faire une force

Atelier

Le temps comme levier de succès en mobilité

La gestion du temps en mobilité est clé : quand dois-je commencer ? Comment organiser ma recherche ? Quel est le temps que je peux y consacrer ?

PREREQUIS

Aucun

CIBLE

Pour tous collaborateurs qui cherche une transition professionnelle et souhaite intégrer la gestion du temps comme levier de succès.

DUREE

3h de 5 à 8 personnes en présentiel ou distanciel

OBJECTIFS

Identifier les composantes de la notion de temps en mobilité et leur importance

Construire un macro-planning de la mobilité

Lever les freins à son engagement

OUTILS PEDAGOGIQUE

Présentation collective, travail en co-développement, exercice participatif, exercice préalable

Le temps comme levier de succès en mobilité

objectifs

Identifier les composantes de la notion de temps en mobilité et leur importance

Construire un macro-planning de la mobilité

Lever les freins à son engagement

Méthode

Lister les éléments constitutifs :

- Travail de groupe
- Travail individuel
- Élargissement de la vision du temps : la charge de travail, vs travail de la mobilité

Analyse des éléments du planning de recrutement :

- Travail sur le planning personnel et celui de l'entreprise
- Analyse de l'impact du timing sur soi

Analyse des freins existants

- Travail de groupe
- Travail individuel
- Définition de son macro-planning
- Mise en place d'un plan d'action

Atelier

TARIFS 2023

Atelier : Gérer son image et sa réputation	Prix par atelier
Animation de l'atelier (3h30)	1200 € HT
Outil pédagogique par participant	15 € HT
Atelier : Manager sa carrière grâce au networking	Prix par atelier
Animation de l'atelier (3h30)	1200 € HT
Outil pédagogique par participant	15 € HT
Atelier : Comment être efficace en mobilité interne	Prix par atelier
Animation de l'atelier (1h30)	700 € HT
Outil pédagogique par participant	15 € HT
Atelier : Faire de la séniorité un atout en mobilité	Prix par atelier
Animation de l'atelier (3h30)	1200 € HT
Atelier : Faire de la séniorité un atout en mobilité	Prix par atelier
Animation de l'atelier (3h30)	1200 € HT

CONDITIONS 2023

Modalités d'inscriptions

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

Dates de formations :

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

Délais d'accès :

3 jours ouvrés après la réception de la demande

Modalités d'évaluation :

Questionnaire d'évaluation par l'animateur

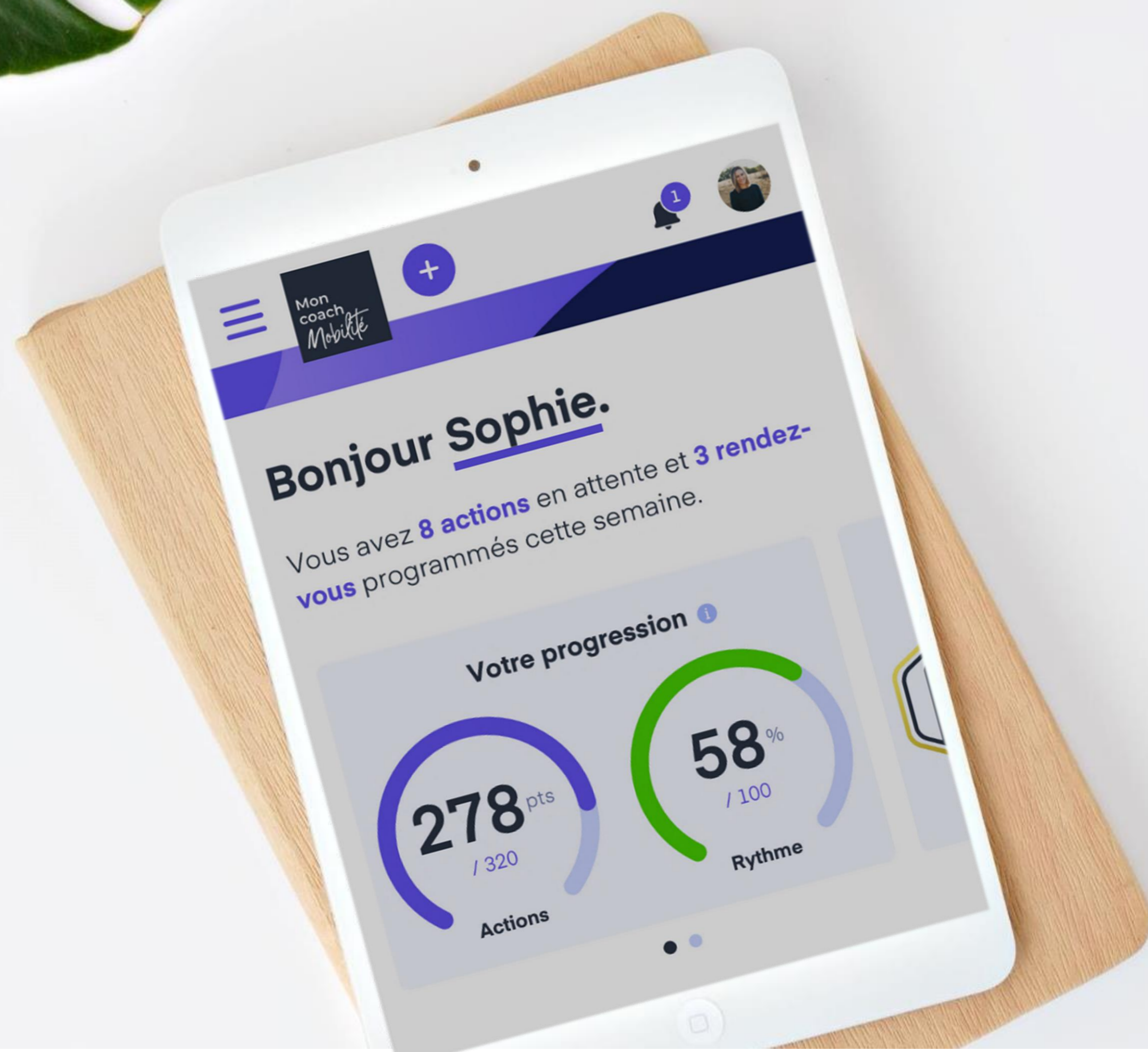
Accessibilité aux personnes handicapées :

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

En cas d'impossibilité de vous accueillir, nous tenons à votre disposition une liste de partenaires susceptibles de vous accueillir en fonction du handicap.

Mon
coach
Mobilité

LE COACHING INDIVIDUEL



Le coaching individuel comme levier de carrière

Le coaching individuel peut être un levier efficace pour travailler sur les enjeux personnels du collaborateur, au-delà des aspects méthodologiques ou des « outils »).

Nos coachs certifiés et supervisés accompagnent en visio les collaborateurs par des séances de 45 minutes.

Des fiches préparatoires accompagnent le salarié pour lui permettre d'utiliser le plus efficacement possible ses séances de coaching.

Coaching Individuel

Lever un frein identifié par la méthodologie du coaching

PREREQUIS

Aucun

CIBLE

Pour tous collaborateurs en réflexion sur un sujet particulier.

DUREE

En fonction de l'enjeu identifié et sur la préconisation du coach.

OBJECTIF

Comprendre les freins personnels, et les enjeux pour optimiser la gestion de la vie professionnelle.

OUTILS PEDAGOGIQUE

Echanges et analyse avec le coach. Des tests de personnalités.

TARIF 2023



Coaching Individuel : 6 séances de 45 minutes en visio sur 4 mois	2200€
--	-------

CONDITIONS 2023

Modalités d'inscriptions

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

Dates de formations :

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

Délais d'accès :

3 jours ouvrés après la réception de la demande

Modalités d'évaluation :

Questionnaire d'évaluation par l'animateur

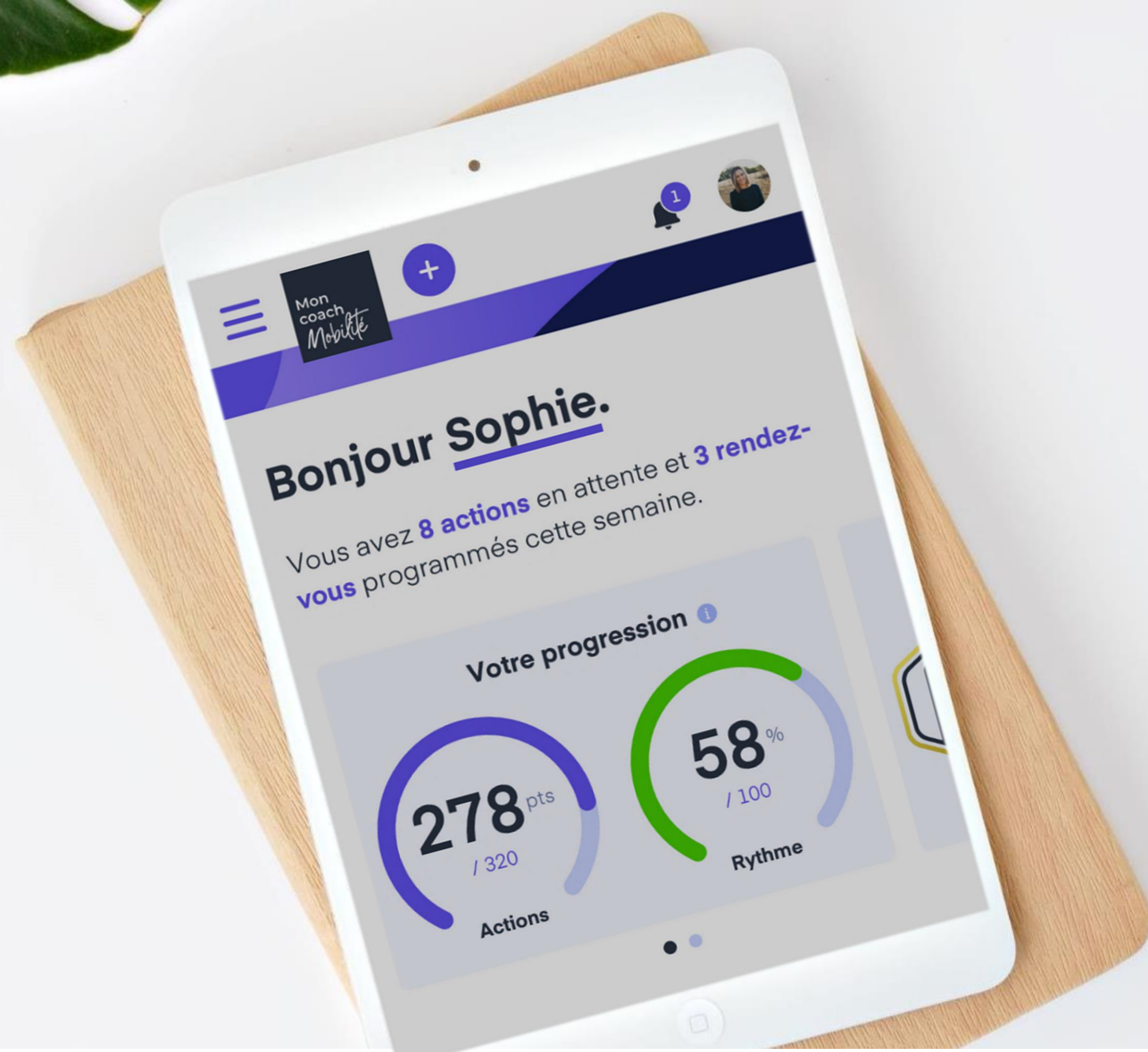
Accessibilité aux personnes handicapées :

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

En cas d'impossibilité de vous accueillir, nous tenons à votre disposition une liste de partenaires susceptibles de vous accueillir en fonction du handicap.

Mon
coach
Mobilité

LES FORMATIONS A LA MOBILITE

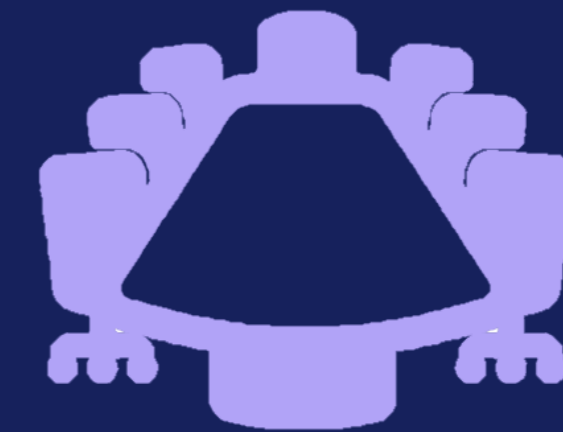


Méthodes mobilisées

4 supports combinant les approches digitale et humaine
& individuelle et collective



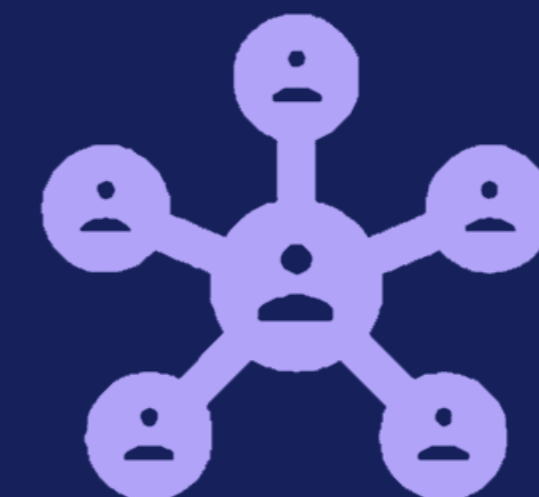
L'APPLICATION DIGITALE



LES ATELIERS COLLECTIFS



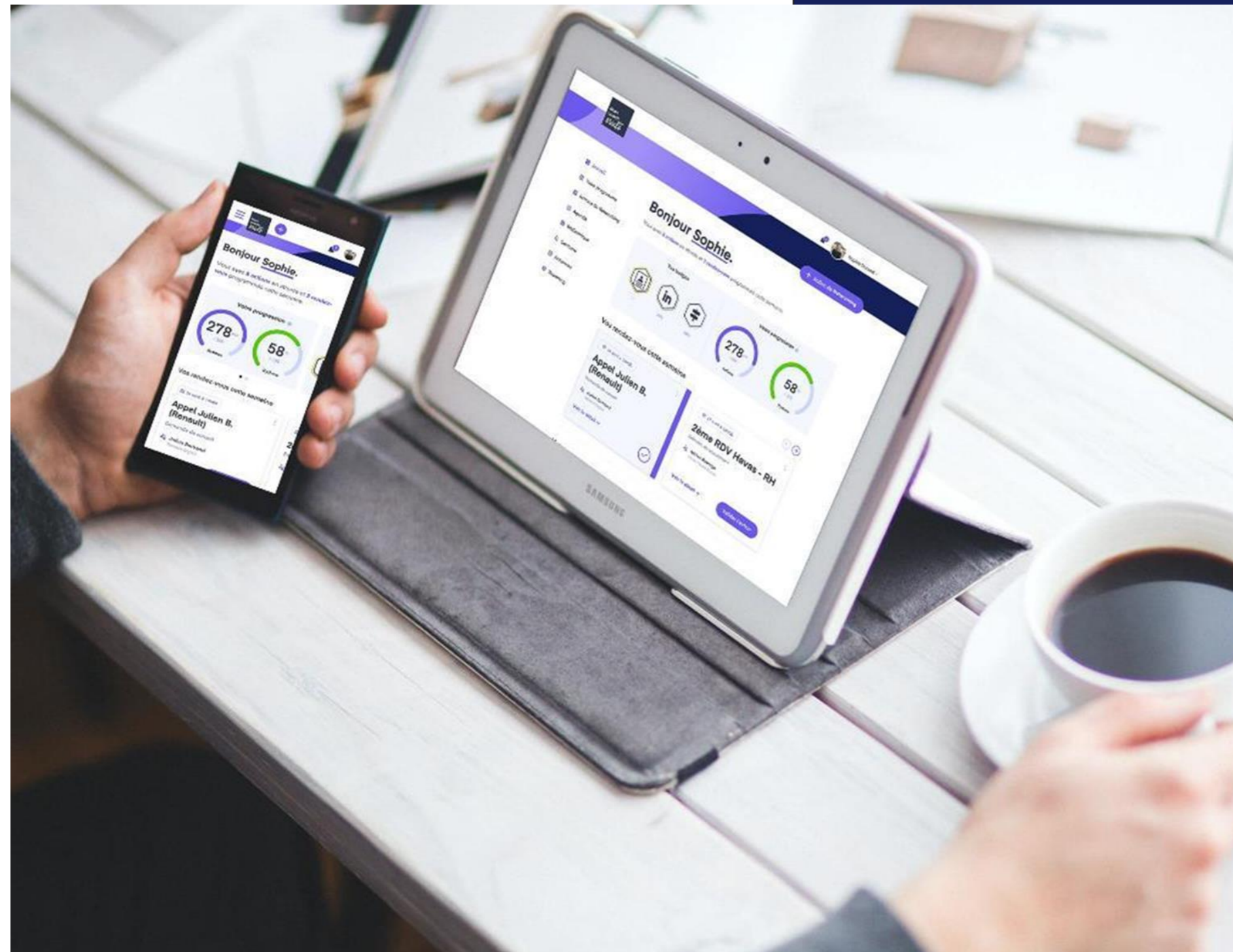
LE COACHING INDIVIDUEL



LE FORUM D'ÉCHANGE



L'application digitale



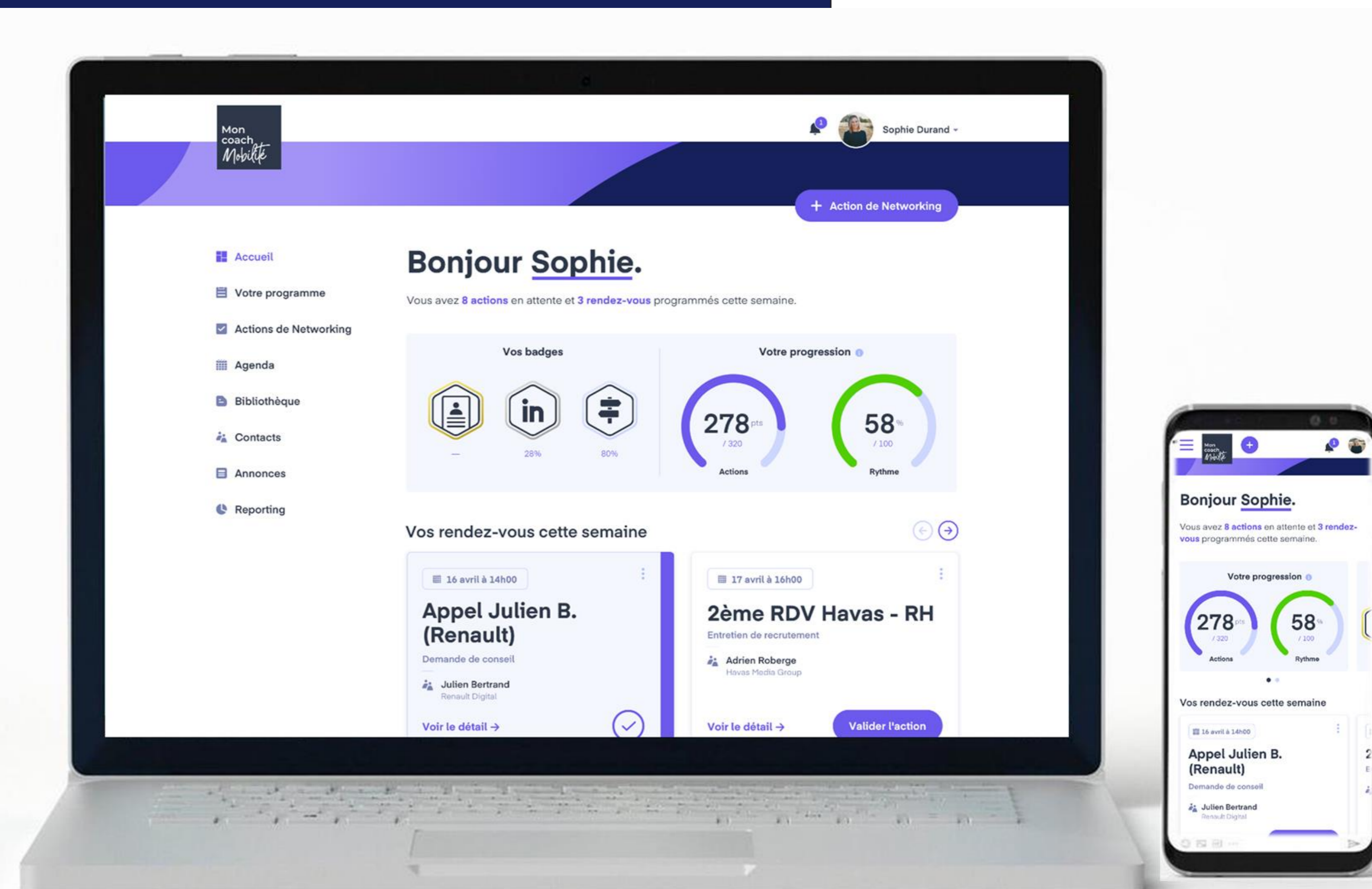
- **Un « coach emploi personnel »** simple d'utilisation & disponible 24/7
- **Un programme complet** couvrant l'ensemble des besoins
- **Des programmes d'actions hebdomadaires** sur des périodes de 4 à 6 mois
- **Plus de 180 contenus pédagogiques** à haute valeur ajoutée - textes, audio ou vidéos - pour soutenir et guider l'action
- **Une réelle formation au réseautage**
- **De la gamification** pour maintenir la motivation
- **Des tableaux de bord** pour suivre l'activité (par collaborateur, groupe ou entreprise), mesurer les progrès et piloter la mobilité

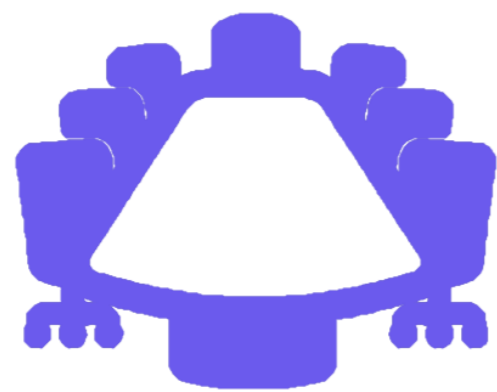


L'application digitale



- Accessible sur ordinateur, tablette, mobile
- Conforme RGPD
- Hébergée en France (OVH)
- Cryptage de classe militaire AES-256





Les ateliers collectifs



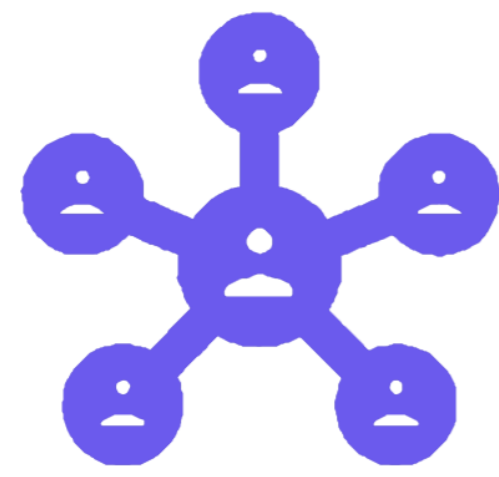
- Des ateliers de 6-8 personnes, toutes les 2 semaines
- Des ateliers **en visio** animés par un coach
- **Des compléments nécessaires de l'application**, qui sont l'occasion :
 - de reprendre les différentes thématiques proposées par l'application sous la forme d'**exercices pratiques**
 - d'échanger sur les **bonnes pratiques**
 - d'échanger des contacts et d'**expérimenter le networking**



Le coaching individuel



- **Des coachs sélectionnés avec soins** et formés à la méthode de mise en mouvement *Mon coach Mobilité*
- **Un coaching centré sur les enjeux personnels** et d'autant plus efficace que l'application digitale et les ateliers collectifs déchargent le coach de toute la « mécanique » de recherche d'emploi qui ne constitue pas sa réelle valeur ajoutée
- **Des entretiens de coaching « resserrés » de 45 mns.** Un rythme à adapter avec le coach en fonction des besoins
- **Des coachs accessibles par messagerie** entre deux sessions

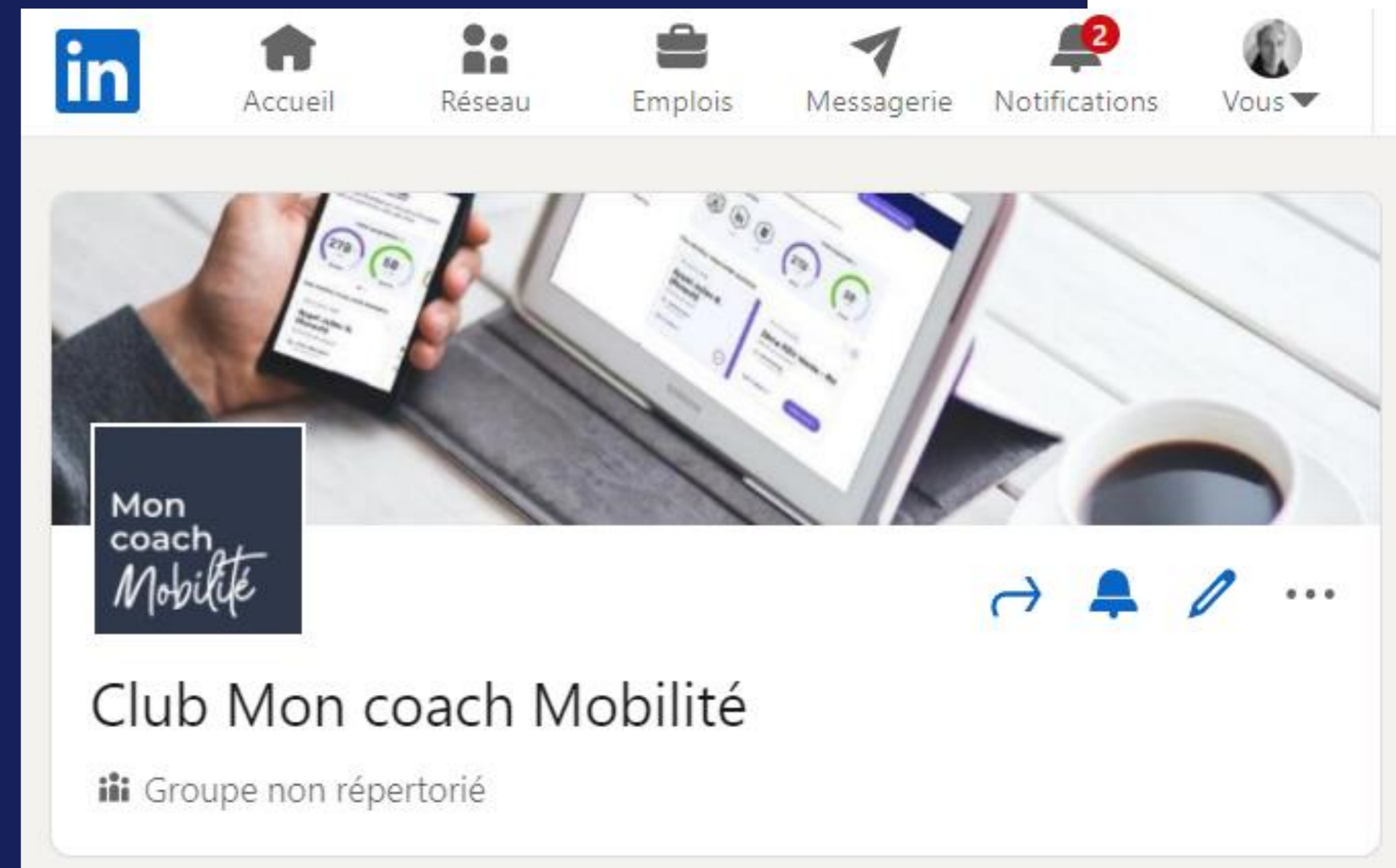


Le forum d'échange

Mon
coach
Mobilité

Le Club *Mon coach Mobilité*

- **Un groupe LinkedIn** réservé aux utilisateurs *Mon coach Mobilité*
- **Un lieu pour échanger**, s'entraider et se motiver
- **Un lieu de networking**
- **Une modération des échanges** assurée par *Mon coach Mobilité*



Un soutien constant de la motivation

Le soutien de la motivation est l'un des objectifs primordiaux des programmes de formation *Mon coach Mobilité*, pour éviter les ruptures de parcours. Les programmes, leur structure, leurs objectifs, leur rythme d'avancée, le découpage des actions à réaliser et les documents ont été pensés pour soutenir la motivation. Les programmes ont été testés pendant 9 mois avant commercialisation. L'analyse des comportements utilisateurs permettent d'améliorer en continu les programmes sur ce critère essentiel.

Quelques exemples :

- Les actions à réaliser chaque semaine sont « découpées au plus juste » pour lever les freins individuels. Le cycle CV, qui accompagne dans la création et la validation du CV, comprend par exemple 14 actions dans le programme de recherche d'emploi en 6 mois. Le programme de chaque semaine inclut par ailleurs des tâches variées.
- Les invitations à interagir sont multipliées pour stimuler l'engagement de l'utilisateur.
- Les rythmes d'avancée des programmes et la quantité de travail à réaliser chaque semaine, ont été testés et validés (et continuent à l'être en continu) pour éviter la lassitude ou les ruptures. Toutes les 7 semaines une semaine « où vous prenez un peu plus le temps » est programmée.
- Le programme peut en outre être suspendu par l'utilisateur (1 semaine par mois de programme) s'il a pris du retard dans la réalisation des actions.

Un soutien constant de la motivation

Exemples (suite) :

- Plusieurs contenus pédagogiques traitent des techniques destinées à maintenir la motivation (« Apprenez à gérer votre motivation dans la durée » ; « Apprenez à gérer votre énergie au quotidien » ; « 3 exercices dynamisants »; ...)
- Les contenus pédagogiques (fiches, podcast, vidéos) ont été rédigés ou enregistrés pour être stimulants, clairs et simples. Ils sont régulièrement repris et améliorés.
- Les programmes incluent un système de gamification ludique autour :
 - D'objectifs à atteindre (en nombre de points et en nombre de RDVs)
 - De récompenses à obtenir sous la forme de badges à obtenir sur des thématiques précises (Projet Professionnel, CV, LinkedIn)
- Les programmes incluent également des notifications mobilisatrices organisées de manière à féliciter régulièrement les utilisateurs.
- Les ateliers collectifs qui ont lieu tous les 15 jours sont l'occasion de repérer la lassitude éventuelle ou les baisses de motivation. La question est systématiquement posée en début d'atelier afin que les baisses de motivation puissent être prises en charge. Un des ateliers prend d'ailleurs la gestion de la motivation comme thème de réflexion et d'exercices.
- Des processus ont été mis en place pour repérer les éventuelles ruptures de parcours. La directrice de clientèle et la responsable des coachs font remonter les non-connexions à l'application ou les absences de aux ateliers. Les utilisateurs sont recontactés après 2 non-connexions et/ou absence (1 en début de programme où les personnes sont le plus susceptibles d'abandonner).

Nos offres

Accompagnement des transitions professionnelles

Insertion

Mobilité interne
5 mois

Outplacement
7 mois

Bilan de
compétences

Prise de poste

Inaptitude
1 mois

Outplacement
9 mois

Onboarding

Alternance

Inaptitude
5 mois

Outplacement
Dirigeant

Prise d'un nouveau
poste

Reconversion

Accélération de
carrière des femmes

Création d'entreprise
/ d'emploi

La retraite

Coaching

Coaching individuel

Animation d'ateliers

Nos parcours de formation en gestion de carrières

L'évolution professionnelles, la gestion de carrière nécessitent l'acquisition d'une méthodologie précise recouvrant les thématiques personnelles et professionnelles et la mise en pratique du plan d'action

Prérequis : aucun prérequis pour nos formations

Titre	Interne	Projet Pro en questionnement	Externe / outplacement	Retraite	Reconversion
Cible	Salarié en mobilité interne	Salarié en mobilité interne	Salarié qui cherche un poste en dehors de son entreprise	Salarié qui souhaite préparer son projet de retraite et son dossier administratif	Salarié qui souhaite changer d'orientation de carrière
Durée	5 mois	3 mois	7 mois	3 mois	7 mois
Objectif	Comprendre la méthodologie et les leviers de la mobilité interne. Acquérir les savoir-faire pour mettre en place le plan d'actions.	Identifier son projet professionnel	Comprendre la méthodologie et les levier de la mobilité externe. Acquérir les savoir-faire pour mettre en place le plan d'actions.	Appréhender la méthodologie pour monter le dossier de retraite , découvrir les éléments du projet retraite pour la mise en place d'un plan d'actions	Appréhender la méthodologie pour monter un dossier de reconversion, découvrir les éléments du projet pour la mise en place d'un plan d'actions
Outils Péd	Application / ateliers collectifs	Application / ateliers collectifs	Application / ateliers collectifs	Application / ateliers collectifs	Application / ateliers collectifs

Nos parcours de formation en gestion de carrières

L'évolution professionnelles, la gestion de carrière nécessitent l'acquisition d'une méthodologie précise recouvrant les thématiques personnelles et professionnelles et la mise en pratique du plan d'action

Titre	Inaptitude	Création d'entreprise	Prise de poste	Accélération des carrières pour les femmes
Cible	Salarié déclaré inapte à son poste	Salarié qui souhaite créer son entreprise	Salarié qui intègre un nouveau poste	Salariée femme qui souhaite donner une nouvelle orientation à sa carrière
Durée	5 mois	7 mois	2 mois	6 mois
Objectif	Comprendre la méthodologie et les leviers de la mobilité interne. Acquérir les savoir-faire pour mettre en place le plan d'actions, quand on est déclaré inapte	Comprendre la méthodologie et les leviers de la création d'entreprise. Acquérir les savoir-faire pour élaborer et mettre en place les plans d'actions	Comprendre les leviers de réussite lors de la prise de poste. Acquérir les savoir-faire pour élaborer et mettre en place les plans d'actions.	Comprendre les leviers de réussite pour faire évoluer sa carrière. Acquérir les savoir-faire pour élaborer et mettre en place les plans d'actions.
Outils Péd	Application / ateliers collectifs	Application / ateliers collectifs	Application / ateliers collectifs	Application / ateliers collectifs

Accueil - Adaptation - Evaluation

Modalités d'accueil et conditions de déroulement des prestations

Avant toute formation, l'entreprise cliente s'engage à transmettre à chaque participant les informations sur les modalités d'accueil et les conditions de déroulement des prestations.

Des programmes personnalisés :

Les programmes de formation *Mon coach Mobilité* sont toujours personnalisés en tenant compte des besoins de ses clients

Cette adaptation est rendue possible par le recueil préalable des besoins des clients par un questionnaire écrit (et/ou oral réalisé avec le coach).

Sur cette base, des objectifs pédagogiques spécifiques sont définis (et une évaluation des acquis « a priori » est réalisée sur la base d'un questionnaire incluant les objectifs spécifiques de chaque utilisateur).

Evaluation des acquis

A l'issue de la formation une nouvelle évaluation des acquis est réalisée sur le même questionnaire d'évaluation.

CONDITIONS 2023

Modalités d'inscriptions

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

Tarifs

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

Dates de formations :

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

Délais d'accès :

3 jours ouvrés après la réception de la demande

Modalités d'évaluation :

Questionnaire d'évaluation de l'animateur

Accessibilité aux personnes handicapées :

Nous contacter : contact@moncoachmobilite.com

En cas d'impossibilité de vous accueillir, nous tenons à votre disposition une liste de partenaires susceptibles de vous accueillir en fonction du handicap.