

# Coach2start : coaching en développement personnel et professionnel

RÉF | 8357

## OBJECTIF ET CONTENU

### Objectif

Apprendre à mieux se connaître, découvrir ses qualités et ses freins, gagner de la confiance en soi et construire un projet professionnel.

Ce que propose ART2WORK via son programme COACH2START :

#### **1) se renforcer**

Apprends à mieux te connaître. Découvre tes qualités et tes freins. Ose prendre des risques. Gagne de la confiance en toi. Où vas-tu ? Que veux-tu ? Quels rêves as-tu ? Qu'est-ce qui te fait vibrer ?

#### **2) découvrir de nouvelles choses**

Fais des choses que tu n'as jamais faites auparavant. Découvre des personnes et des métiers. Collabore avec d'autres. Raconte ta propre histoire. Quelles sont tes possibilités à toi ?

#### **3) faire des choix pour son avenir**

Définis tes priorités. Fais un choix d'avenir qui te ressemble et qui te motive. Où veux-tu aller ? Quel job aimerais-tu ? Dois-tu suivre une formation ou suivre des études pour le faire ?

#### **4) se mettre en mouvement « comme un pro »**

Adopte un rythme de vie, respire et définis les étapes à franchir. Défends tes idées et porte ton projet. Incarne le pro que tu veux être. De quels outils supplémentaires as-tu besoin ?

#### **5) trouver sa place**

Prends ce qu'il y a de positif et fais-en quelque chose. De bonnes énergies. Des chances à saisir. Un projet à vivre. Un pas de plus dans ta direction.

**Vas-y, GO !**

## Programme

- tu vis un parcours sur mesure, pratique et progressif
- tous les jours, tu rencontres un coach stimulant et tu participes à un atelier différent
- tu es coaché de manière collective et individuelle
- tu dances, tu fais du théâtre, tu discutes, tu cuisines, tu écris ... et tu progresses
- tu racontes ton histoire et tu en écoutes de nombreuses autres, inspirantes
- pas à pas, tu fais connaissance avec toi-même et tu construis un projet professionnel
- tu fais tes "propres" choix

## Type de formation

[Bruxelles Formation - Contrat de formation pour chercheur d'emploi reconnu par Bruxelles Formation](#)

## ORGANISATION

### Durée

7 semaines

### Début

Du 10 mai au 28 juin 2024

### Coût

Gratuit

## CONDITION D'ADMISSION

### Prérequis administratifs

Etre chercheur d'emploi. Avoir entre 18 et 30 ans. Avoir **au maximum** le *certificat de l'enseignement secondaire supérieur* de plein exercice (CESS) ou son *équivalence*

### Connaître

- Avoir une furieuse envie d'avancer.
- Être disponible pendant 6 semaines, du lundi au vendredi, de 09h à 17h.
- Être prêt à faire ensemble et à collaborer.
- Être prêt à changer ses habitudes et certaines de ses idées
- Être ouvert à un travail sur soi en vue d'une progression.
- S'inscrire à un entretien de matching avant le début de la formation.

## Remarques

## EN PRATIQUE

### Pour s'informer et postuler

Téléphonez au 0498 705 644 ou en envoyez un mail à [coach2start@art2work.be](mailto:coach2start@art2work.be) pour vous inscrire à la séance d'information du **mercredi 17 avril 2024 à 14h**. La séance se déroulera dans les locaux de Art2work - Quai du Hainaut, 41 à 1080 Bruxelles.

### Pour s'informer uniquement

Consultez le site de l'organisme via [www.art2work.be](http://www.art2work.be)

### Organisme

**Bruxelles Formation - Gare Maritime - BF tremplin**  
Rue Picard 11  
1000 Bruxelles  
Tél: 02/286.81.40  
<http://www.bruxellesformation.brussels>

