

Édifice Delta II  
2875 boul. Laurier  
D2-590  
Québec (Québec)  
G1V 2M2

**(418) 265-5837**  
**info-ca@xpand.eu**  
**www.xpand.eu/ca**



## **Objectifs**

Cette activité a pour objectif de permettre aux jeunes d'identifier leurs points forts de personnalité, leurs talents et l'environnement propice à leur épanouissement, afin de mieux se connaître pour orienter le sens de leur vie et leur engagement. Elle leur permet de préparer un plan d'action pour des options de cours, un programme de formation, le choix d'un métier ou d'une profession, en s'appuyant de façon cohérente sur leur potentiel, leurs motivations et leurs valeurs.

## **Clientèle cible**

L'activité s'adresse à des jeunes de 15 à 20 ans qui souhaitent mieux se connaître afin d'appréhender sereinement les choix de leur vie et le sens qu'elle prend. La démarche est un accompagnement dans un discernement qui permet de se construire un plan de vie.

## **Progression**

- Les enjeux du monde professionnel : apprendre tout au long de la vie
- Comprendre d'où je viens et ce qui m'inspire
- Identifier et différencier mes points forts, compétences et talents
- Les différents types de personnalités et leur application
- Gérer sa motivation personnelle : théorie et pratique
- Identifier les valeurs qui sont fondatrices pour mon projet de vie
- Mise en perspective des éléments de connaissance de soi et des métiers envisagés
- Analyse des profils de métiers à partir de ces paramètres
- Sélection de choix et préparation d'une feuille de route

## **Durée**

Cette activité se déploie sur deux jours, idéalement non-consécutifs mais rapprochés.

## **Méthodologie**

L'activité met de l'avant la pédagogie d'intégration active élaborée au cours des 30 dernières années par xpanD: les apports théoriques sont immédiatement appliqués en atelier pratique individuel ou en petits groupes. La pédagogie est ajustée aux jeunes, avec des temps de réflexion, d'analyse et d'échange ainsi que des exercices plus créatifs et spontanés dans un climat de confiance et avec un regard positif.

## **Matériel**

Un cahier du participant, comprenant les principes, les exercices d'application pratique, la bibliographie, un test de personnalité et le test des talents xpanD, est remis aux participants.

## **Coût**

Le coût de 150\$ par personne plus taxes (172.46\$) peut être acquitté en deux versements. Il inclut les pauses, mais pas le lunch du midi, qui se prend sur place et que chacun apporte.