



# PROJET PRO

3 mois

## PRÉ-REQUIS, CONDITIONS D'ACCÈS

- Être inscrit à Pôle Emploi.
- Avoir 18 ans et plus.
- Être volontaire pour s'inscrire dans un parcours de formation à visée professionnelle.

## UN TREMPLIN POUR

- Trouver un emploi.
- Changer de secteur d'activité.
- Entrer en formation qualifiante.
- Identifier les compétences transférables.

## FINANCEMENT

Formation financée dans le cadre du Programme Régional de la Formation Professionnelle de la région Occitanie

## VALIDATION

- Bilan et évaluation des acquis sous la forme d'un portefeuille stagiaire.
- Attestation de fin de formation.



## ACCESSIBILITÉ/ HANDICAP

Bâtiments aux normes d'accessibilités aux personnes à mobilité réduite. Accessibilité à la formation : nous consulter pour étudier avec notre référent handicap la faisabilité selon le handicap.

## SITE DE FORMATION

MFR TOULOUSE NORD  
2 Impasse de la Saudrune  
31140 Launaguet

CONTACT : 05.34.27.69.70

[mfr.launaguet@mfr.asso.fr](mailto:mfr.launaguet@mfr.asso.fr)  
[www.mfr-toulousenord.fr](http://www.mfr-toulousenord.fr)

## ORGANISATION PEDAGOGIQUE

 DURÉE

455 heures sur 13 à 14 semaines en fonction du planning.

 RYTHME D'ALTERNANCE

Positionnement : 70 heures

Parcours :

- Formation en centre.
- Stage en entreprise / structure : jusqu'à 140 heures.

Bilan de la formation : 7 heures

 STATUT

Stagiaire de la formation professionnelle

## FINALITES DE LA FORMATION

- Connaître ses potentiels et les champs professionnels dans lesquels s'épanouir, définir et réaliser son projet professionnel.
- Être préparé à la qualification et l'insertion professionnelle

## METHODES PEDAGOGIQUES

Modalités de la formation :

- Formation en présentiel.
- Autoformation.
- Formation à distance et e-learning.
- Stages / visites en milieu professionnel.

Méthodes pédagogiques :

- Ateliers collectifs et temps individualisés.
- Entretiens individuels.
- Recherches personnelles.
- Visites en milieu professionnel.

## LA FORMATION A LA MFR

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Acquérir, renforcer et développer des compétences professionnelles.
- Consolider des savoirs de base.
- Développer des compétences soft skills, pour améliorer l'employabilité.
- Définir un projet professionnel en lien avec les potentialités et en cohérence avec les réalités du marché du travail.
- Sécuriser le parcours avec un accompagnement renforcé et individualisé.

### CONTENU DE LA FORMATION

**Positionnement : 70h**

**Bloc de compétences transversales : 140 h**

- Mobiliser et développer ses compétences comportementales.
- Mobiliser et développer ses compétences numériques.
- Mobiliser et développer son potentiel d'apprentissage.
- Comprendre et mettre en œuvre la transition énergétique.
- Renforcer ses savoirs de base.
- Mettre en place les techniques de recherche d'emploi.

**Bloc de compétences professionnelles : 238 h**

- Préparer la période en entreprise et la mise à niveau professionnelle.
- Découvrir les métiers par l'immersion et l'alternance entreprise.
- Valider et consolider son projet professionnel.
- Comprendre l'offre de formation et se positionner.
- Comprendre le marché de l'emploi et postuler.

**Bilan de la formation : 7h**

**MFR**  
CULTIVONS LES RÉUSSITES

