PREPA Avenir Adultes

Centre-Ouest Bretagne

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 1901199F — Mise à jour : 8 avril 2026

Organisme responsable : **GRETA-CFA DE BRETAGNE OCCIDENTALE**

Présentation de la formation

Objectifs

PRÉPA Avenir Adultes a pour objectifs de :

- Retrouver une dynamique de construction de projet professionnel dans un cadre collectif et sur une période courte,
- Identifier et développer des compétences transverses liées aux savoirs être et aux comportements adaptés aux situations professionnelles tout en valorisant les compétences déjà acquises et/ou en les actualisant,
- Construire ou adapter un projet professionnel en vue d'une poursuite de parcours vers la qualification.
- À l'issue de la formation, les personnes peuvent bénéficier d'une aide pour l'accompagnement à la qualification, afin de mener à bien leur entrée en formation qualifiante.

Programme

Bilan professionnel : faire le point sur ses compétences, ses intérêts et ses motivations

- Travailler sur la confiance en soi et l'estime de soi
- Renforcer ses compétences transversales et ses compétences socles, notamment le développement des compétences numériques
- Conforter sa connaissance du marché de l'emploi sur le territoire, des métiers et du monde de l'entreprise
- Formaliser sa stratégie, ses techniques et ses outils de recherche d'emploi et/ou de formation
- Se former aux gestes de premiers secours (certificat SST)
- Conduire un projet collectif en lien avec les acteurs du territoire
- Réaliser des temps d'immersion en entreprise
- Construire son projet professionnel et son plan d'action

Les plus de la formation

- Une formation dynamique et collective pour reprendre confiance/éclairer son avenir professionnel
- Des entrées régulières sur le territoire du pays COB
- Une organisation par session, mais des parcours « à la carte »/ individualisés
- Un travail renforcé sur la mobilité sur le territoire
- Un lien fort à l'entreprise : visites, témoignages, mises en situation…

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2255803S	Présentiel	Carhaix-Plouguer	21/09/2026	17/12/2026

Source : GREF Bretagne #1901199F