PRÉPA Clés – Je revois l’essentiel

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25173664F — Mise à jour : 15 juillet 2026

Organisme responsable : **ADALEA**

Présentation de la formation

Objectifs

Le parcours PRÉPA Clés « je revois l’essentiel » a pour objectif de permettre aux bénéficiaires de développer leurs compétences clés afin de maîtriser les savoirs de base en lecture, écriture et calcul mais également d’être plus à l’aise avec les usages numériques.
Il s’adresse à des personnes jeunes et adultes sans qualification ou relevant des premiers niveaux de qualification, qui ont un projet d'insertion professionnelle ou de maintien dans l'emploi.
Les compétences développées permettent d’atteindre un niveau correspondant au degré 2 et au palier « Adaptation » du Référentiel des Compétences Clés en Situation Professionnelle de l’ANLCI.
A l’issue du parcours « je revois l’essentiel », les compétences acquises sont valorisées dans le cadre d’une attestation.

Programme

Ce parcours doit permettre au stagiaire :
- D’évaluer ses compétences ;
- D’acquérir ou réacquérir les savoirs fondamentaux permettant de lutter contre le non-recours, de répondre aux attentes du monde du travail, de développer ses capacités d’apprentissage ;
- De développer ses compétences numériques ;
- De découvrir et de mobiliser les ressources de son territoire afin de faciliter l’accès au droit et de développer son autonomie ;
- De développer des « soft skills » à savoir tout ce qui se rapporte aux aptitudes comportementales, à la manière d’interagir avec les autres (intelligence relationnelle, capacités de communication, aptitudes interpersonnelles...)
- De bénéficier d’un accompagnement personnalisé pour préparer son projet professionnel et reprendre confiance en soi.

Les domaines de compétences travaillés sont :
Domaine 1 : Communiquer en français ;
Domaine 2 : Utiliser les règles de base de calcul et du raisonnement mathématique ;
Domaine 3 : Utiliser les techniques usuelles de l'information et de la communication numérique.
Les compétences transversales font également l’objet d'apports pédagogiques dans le cadre des ateliers proposés
Les situations d’apprentissage sont contextualisées ; proches des réalités du travail et/ou des situations de la vie quotidienne. Les travaux individuels et collectifs du stagiaire ont un lien étroit avec la mise en oeuvre de son projet d’insertion professionnelle.
Au cas par cas, des périodes de stage en entreprise peuvent être proposées aux stagiaires.
Un positionnement vise à construire un parcours de formation personnalisé, adapté aux besoins spécifiques de chaque individu.
Chaque stagiaire réalise des heures d’ateliers selon le calendrier individualisé qui lui est proposé. Les contenus travaillés et leur degré d’approfondissement sont individualisés et dépendent des résultats du positionnement.

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Sans niveau spécifique

Niveau de sortie

Sans niveau spécifique

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2342929S	Mixte	PONTIVY	15/07/2026	14/07/2027
2346337S	Mixte	LOUDEAC	15/07/2026	14/07/2027

Source : GREF Bretagne #25173664F