

**Carrière au féminin** est un programme de l'Office d'orientation scolaire, professionnelle et de carrière, soutenu par l'Office cantonal de l'égalité et de la famille. Ses prestations sont accessibles uniquement aux femmes domiciliées dans le canton du Valais.

Les entretiens sont confidentiels.



## Un cours de retour à l'emploi pour les femmes

**FORMATION** Le Valais veut soutenir les femmes qui reprennent leur activité professionnelle après avoir fait une pause parentale. Pour les accompagner, il lance le cours «Carrière au féminin».

**Coaching personnalisé** Etalé sur quatre demi-journées d'atelier collectif, cet accompagnement est animé par des psychologues conseillers en orientation et gestion de carrière. Il comprend également des entretiens de coaching individuelles, de sorte à s'adapter au mieux à chaque profil, précise le canton.

«L'objectif est de leur remettre le pied à l'étrier», souligne Katy Solano-François. Au programme: ces ateliers du marché du travail et leurs tendances, débiter ses ressources et agir pour ses projets. La confiance et la confiance réciproque sont primordiales pour faire face à leur retour dans le monde professionnel et à l'accompagnement par l'Office d'orientation scolaire, professionnelle et de carrière.



**«Des ateliers sont aussi destinés à des femmes qui ont accepté un emploi sous-qualifié pour des raisons familiales.»**

PAR MARIANNE CHAZEL ET L'OFFICE CANTONAL DE L'EGALITE ET DE LA FAMILLE

Le Nouvelliste, 29 juin 2023

## LES RENDEZ-VOUS DE L'EMPLOI avec JOBEO

### Un nouveau cours pour aider les femmes à retrouver leur place sur le marché du travail

**CARRIÈRE** Une aide pour renouer avec une activité professionnelle.

**D**ans le monde professionnel, les femmes ont souvent des difficultés à retrouver leur place sur le marché du travail. C'est pourquoi l'Office d'orientation scolaire, professionnelle et de carrière a lancé un nouveau cours intitulé «Carrière au féminin». Ce programme est conçu pour aider les femmes à retrouver leur place sur le marché du travail. Il comprend des ateliers collectifs, des entretiens de coaching individuelles et des ateliers de retour à l'emploi. Le programme est gratuit et accessible à toutes les femmes du canton du Valais.

**Renforcer la confiance en soi** Les ateliers de retour à l'emploi visent à renforcer la confiance en soi et à aider les femmes à retrouver leur place sur le marché du travail. Ce programme est gratuit et accessible à toutes les femmes du canton du Valais.

**Les ateliers sont destinés à des femmes qui ont accepté un emploi sous-qualifié pour des raisons familiales.**

Le Nouvelliste, 22 août 2023

### CIO SIERRE

Rue Bonne-Eau 18, 3960 Sierre  
027 606 95 40  
ciosierre@admin.vs.ch

### CIO SION

Av. de France 23, 1950 Sion  
027 606 45 09  
cionsion@admin.vs.ch

### CIO MARTIGNY

Av. du Collège 5, 1920 Martigny  
027 606 95 20  
ciomartigny@admin.vs.ch

### CIO MONTHÉY

Av. de la Gare 24, 1870 Monthey  
027 606 95 00  
ciomonthey@admin.vs.ch

www.vs.ch/carriereaufeminin

www.egalite-vs.ch



Crédit: photos: Adobe Stock

# Carrière au féminin

**Vous êtes une femme, et...**

- ♀ Vous décidez de reprendre une activité professionnelle après une pause parentale de plusieurs années?
- ♀ Vous souhaitez valoriser vos compétences ou savoir comment en réactiver certaines mises en dormance pour des raisons de conciliation entre vie privée et professionnelle?
- ♀ Vous doutez de vos aptitudes professionnelles et vous avez besoin de reprendre confiance en vous?
- ♀ Vous cherchez des informations ou vous avez besoin d'être conseillée et accompagnée dans votre progression vers l'emploi?

**Venez au CIO!**



## Objectifs

- Identifier ses ressources et ses forces
- Travailler sur la confiance en soi et l'affirmation de soi
- Réfléchir aux cibles professionnelles et envisager les prochaines étapes
- Constituer ou améliorer son dossier de candidature
- Sensibiliser à l'importance du réseau et aux stratégies de son développement
- Entraîner l'entretien d'embauche



## Méthodes

- Apports théoriques
- Echanges et partages d'expériences
- Exercices pratiques et questionnaires d'auto-évaluation



## Organisation

- 5 demi-journées de cours collectif
- 6 entretiens de coaching individuel inclus
- Encadrement par une psychologue conseillère en orientation
- 12 participantes maximum par session



## Pré-requis

- Bonne compréhension et expression du français
- Capacité d'analyse et de réflexion
- Envie de se réinsérer sur le marché du travail
- Ne pas être au bénéfice de mesures d'une d'assurance sociale (ORP, AI, CMS)
- Être domiciliée en Valais



## Modalités d'inscription

- Inscriptions auprès de l'Office cantonal de l'égalité et de la famille sur : [www.egalite-vs.ch/carriere](http://www.egalite-vs.ch/carriere)
- Prochaine session : septembre 2025
- Prix : CHF 400.-



### Séances d'information publiques

Le 11 juin 2025 - 10h00

Le 12 août 2025 - 10h00

(prévoir environ 1 heure)

Au CIO de Sion  
Avenue de France 23

« Le séminaire *Carrière au féminin* m'a offert un espace précieux pour reconstruire ma confiance après une pause professionnelle liée à des responsabilités familiales. J'ai pu rencontrer d'autres femmes confrontées aux mêmes défis de réintégration et cette atmosphère de soutien m'a permis de me sentir comprise et encouragée, ce qui a été essentiel dans ma recherche d'emploi. Mille mercis à l'équipe. (E.)

« Ce cours m'a aidé à connaître mes compétences et mes valeurs ainsi qu'à avoir plus confiance en moi. (C.)

« Ce cours m'a permis de me rendre compte que, comme moi, d'autres femmes traversent le même périple du retour au travail en faisant face à des défis semblables; c'est très encourageant et motivant ! (J.)

