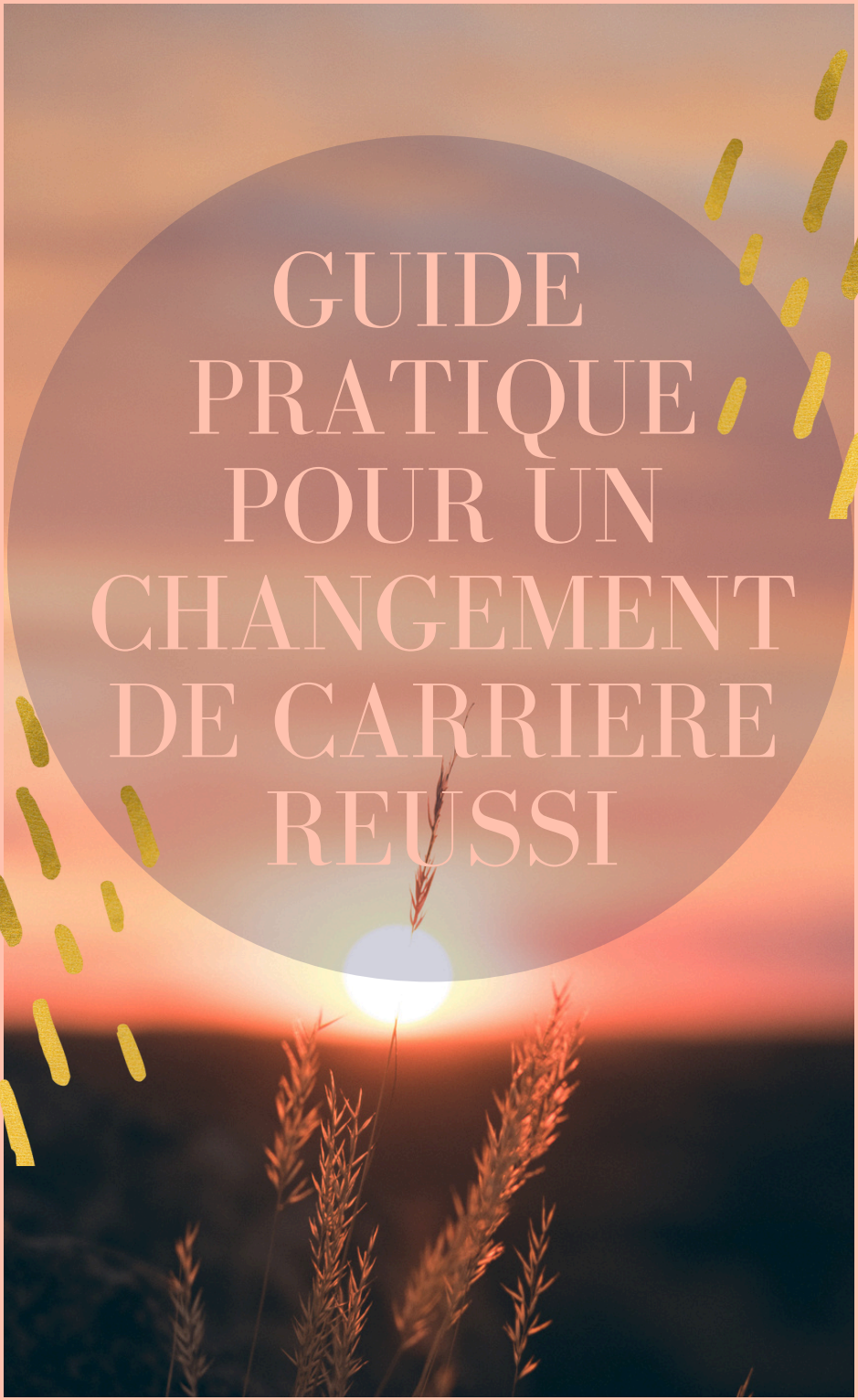
GUIDE
PRATIQUE
POUR UN
CHANGEMENT
DE CARRIERE
REUSSI

Ose changer de métier pour faire ce qui te fait vibrer

Cet ebook gratuit s'adresse aux personnes qui souhaitent se reconvertir, changer de carrière pour vivre **une vie professionnelle alignée à leur coeur**, à leurs valeurs, à leur passion et enfin vivre leur **mission de vie**.

mon instagram

Bienvenue dans le Nouveau monde, où la vie professionnelle rime avec **abondance, joie, alignement et sens**.

Nous allons voir les **étapes clés** pour réussir une reconversion professionnelle et je vais vous expliquer pourquoi et comment une reconversion peut mener à un **épanouissement personnel et professionnel**.

Que tu sois salarié, en reconversion, étudiant, sans emploi, à ton compte, ce guide va te donner les clefs pour **réussir ta reconversion**.

Bonjour, je m'appelle Audrey,
J'ai 42 ans et je suis maman d'un garçon de 1 an.
J'ai toujours travaillé dans des domaines multiples et variés. Chaque métier m'a enrichie et je souhaite aujourd'hui **vous faire gagner du temps et de l'argent** en vous offrant ce que j'aurais bien aimé trouvé lorsque je me suis reconvertie.
J'ai toujours su au fond de moi que je voulais être libre, sans patron et que je voulais faire ce que j'aime en suivant **mon coeur et mon intuition**.
Depuis que j'ai mon enfant encore plus, je veux rester auprès de lui jusqu'à ce qu'il rentre en maternelle.
Je suis convaincue que nous sommes ici pour prendre conscience de notre **potentiel** afin de vivre pleinement notre **incarnation** et c'est pour cela que je veux t'aider à **harmoniser ton bien-être intérieur** pour créer ta **carrière alignée** et pouvoir enfin **rayonner ta lumière au Monde.**

CONTENU

01

ÉVALUER TA SITUATION ACTUELLE

02

DÉFINIR TES OBJECTIFS ET ASPIRATIONS

03

EXPLORER DE NOUVELLES OPPORTUNITÉS

CONTENU

04

ACQUÉRIR LES COMPÉTENCES NÉCESSAIRES

05

PRÉPARER TON PLAN DE RECONVERSION

06

GÉRER LA TRANSITION

CONTENU

07

MAINTENIR LA MOTIVATION ET L'ÉQUILIBRE

08

TIRER DES LEÇONS ET CÉLÉBRER LES SUCCÈS

09

CONCLUSION ET RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES

CHAPITRE

01



ÉVALUER TA SITUATION ACTUELLE

Pour commencer, réalise un inventaire de tes **compétences, expériences et réalisations** professionnelles.

Évalue **ta satisfaction actuelle** vis-à-vis de ton travail, de tes responsabilités, et de tes objectifs de carrière.

Détermine les raisons pour lesquelles tu souhaites changer de carrière (manque d'épanouissement, nouvelles passions, entreprenariat, etc).

Clarifie tes objectifs professionnels pour la reconversion. Que souhaites-tu ? En combien de temps ?

CHAPITRE

02



DÉFINIR TES OBJECTIFS ET ASPIRATIONS

Objectifs **SMART** : Établis des objectifs spécifiques, mesurables, atteignables, réalistes, et temporels pour ta reconversion.

Court et long terme : **Définis des objectifs** à court terme (formation, réseautage) et à long terme (nouveau poste, progression de carrière).

Réfléchis à ce qui te **passionne réellement** et comment cela peut se traduire en une nouvelle carrière.

Assure toi que tes objectifs et aspirations sont alignés avec tes **valeurs personnelles**.

CHAPITRE

03



EXPLORER DE NOUVELLES OPPORTUNITÉS

Explore les **différents secteurs et métiers** qui correspondent à tes intérêts et compétences.

Utilise des ressources comme des sites de recherche d'emploi, des forums et des articles pour en savoir plus sur ces domaines.

Connecte-toi avec des professionnels travaillant dans les domaines qui t'intéressent.

Recherche un **mentor** qui peut te guider dans ta reconversion.

CHAPITRE

04



ACQUÉRIR LES COMPÉTENCES NÉCESSAIRES

Détermine les **compétences et qualifications** nécessaires pour entrer dans ton nouveau domaine. Dois-tu te former, en présence, à distance, combien de temps ?

Recherche des formations, certifications, ou ateliers qui peuvent t'aider à **acquérir ces compétences**.

Crée un plan pour suivre ces formations et acquérir de nouvelles compétences.

Établis un budget et un **calendrier** pour la formation et renseigne toi pour savoir si ta formation peut-être **prise en charge**.

CHAPITRE

05



PRÉPARER TON PLAN DE RECONVERSION

Décris les **étapes nécessaires** pour réaliser ta reconversion, de la formation à la recherche d'emploi ou si tu veux te mettre à ton compte également.

Crée un **calendrier** avec des jalons importants pour suivre tes progrès.

Met à jour ton CV et ta lettre de motivation pour refléter tes nouvelles compétences et aspirations.

Crée un **portfolio** si nécessaire, pour montrer tes compétences et réalisations.

Renseigne toi sur les **différents statuts** pour un poste en **indépendant**.

CHAPITRE

06



GÉRER LA TRANSITION

Planifie comment **quitter ton emploi** actuel de manière professionnelle et éthique. **Assure tes arrières** car parfois se reconvertir peut prendre du temps.

Développe des stratégies pour **gérer le stress** et les défis liés à la **transition**.

Adopte une **attitude proactive** pour t'intégrer dans ton nouveau rôle.

Sois ouvert à l'apprentissage et aux feedbacks pour t'adapter rapidement.

CHAPITRE

07



MAINTENIR LA MOTIVATION ET L'ÉQUILIBRE

Réévalue régulièrement tes progrès et **ajuste** tes objectifs si nécessaire. Petit à petit, l'oiseau fait son nid. **Fais de ton mieux**, chaque jour avance comme c'est possible pour toi, par ordre de **priorités** et il n'y a pas de raison, un jour tes **efforts vont payer**. Arme toi de patience, de persévérance et de résilience pour cette reconversion et rappelle toi "**pourquoi**" tu fais cela.

Utilise des techniques pour rester **motivé et concentré** sur tes objectifs.

Adopte des stratégies pour gérer le stress et maintenir un **équilibre entre ta vie professionnelle et personnelle.**

Assure toi de **prendre soin** de ton bien-être physique et mental pendant la **transition**.

CHAPITRE

08



TIRER DES LEÇONS ET CÉLÉBRER LES SUCCÈS

Identifie **les leçons apprises** tout au long de ton parcours de reconversion. Tu vas tomber, tu vas te relever mais le plus important est que tu vas **apprendre** tout au long de ton chemin et pouvoir te rapprocher petit à petit de ta **zone de génie**.

Utilise ces leçons pour améliorer tes pratiques professionnelles et personnelles.

Célébre tes réussites, petites et grandes, pour maintenir la **motivation**.

Prends le temps de réfléchir à tes réussites et aux étapes franchies.

CHAPITRE

09



CONCLUSION ET RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES

Je t'encourage vivement à **mettre en pratique** ces conseils et à avancer dans ton processus de reconversion. Plus tu vas **passer à l'action**, plus ton projet va se réaliser !

Se sentir à sa place professionnelle, aligné à son corps, à son coeur et à son esprit permet d'incarner son plein potentiel et de rayonner sa lumière au Monde. Se lever chaque matin pour faire ce que l'on aime est précieux car nous passons entre un tiers et la moitié de notre vie au travail alors autant faire ce qui nous inspire.
Cela nous permet d'avoir un sens à notre vie, d'être inspiré, inspirant et de se sentir mieux intérieurement ce qui se reflètera extérieurement.

C’est parti !

Tu peux désormais avancer sur le chemin de **ta reconversion** !

Mais peut-être que...

Tu te sens perdu, illégitime ?
Tu ne connais pas ta mission de vie ?
Tu n'as pas conscience de ton plein potentiel ?
Tu es stressé ?
Ta flamme est éteinte ?
Tu veux être aligné à ton coeur et à ton intuition mais tu n'arrive pas à entendre ta voix intérieure ?
Tu as peur (concurrence, des jugements...) ?
Tu veux du sens dans ce que tu entreprends mais tu ne trouves pas le métier ?

Tu aimerais être guidé et accompagné dans ce nouveau chemin de vie ?

Katherina :
"Je tiens à remercier Audrey pour son merveilleux coaching. Ca m'a vraiment ouvert les yeux sur ce qui était une évidence au final. Je ne te remercierai jamais assez. Contactez la les yeux fermés, elle est d'une gentillesse, une bienveillance incroyable, on sent qu'elle est vraiment heureuse pour nous quand on évolue."

Sabrina :
"Merci infiniment pour le temps précieux que tu m'as accordé, Audrey. Ton naturel, ta bienveillance, ta justesse et clairvoyance m'ont rappelé à l'ordre et fait le plus grand bien. Désormais je prends pleinement conscience de mon potentiel et fais du moment présent ma force pour être davantage dans l'alignement de mon chemin de vie. Paix et amour à toi !"

Florence :
"Le coaching d'Audrey m'a permis d'arriver à un apaisement intérieur, à un recentrage sur moi. Il m'a aidé à gérer certaines situations, à y voir plus clair dans ma vie personnelle et professionnelle. Audrey est authentique et m'a aidée à l'être pour créer une vie en pleine conscience et en accord avec moi-même. Merci :-)"

Aissa :
"Merci beaucoup Madame Audrey, vos conseils sont les meilleurs, grâce à vous aujourd'hui j'ai pû réaliser tout ce qui ne va pas dans mon monde et je veux les corriger pour avoir une vie meilleure et heureuse... Je vais y arriver sans aucun doute depuis que vous m'avez tout éclairci dans ma vie aujourd'hui même, vous êtes la meilleure, merci infiniment, j'attendais depuis tellement longtemps ce moment... C'est moi qui devrais te remercier après tout ce que tu viens de me faire savoir et que j'ignorais, c'est un trésor inestimable."

Joana :
Que dire... Audrey a ou simplement donné à l'heure qu'elle m'a accordée une vraie écoute, un échange merveilleux qui ouvre a beaucoup de perspectives. J'en suis ressortie avec un smile immense, des clés en mains pour avancer sur le point travaillé ;-) Un grand merci pour ton écoute, ta gentillesse et ton aide. Namase <3

Amina :
"Je te remercie infiniment pour ce coaching, ça m'a fait beaucoup de bien. D'ailleurs, je n'arrivais pas à arrêter de sourire après l'appel pendant un bon moment. Je te remercie du fond du coeur et te souhaite le meilleur.

Je suis passée par là.

J'ai longtemps **chercher ma place**... Je me suis formée dans de nombreux domaines et aujourd'hui, j'allie mes 2 passions : le développement personnel et les soins énergétiques. Mon souhait est que vous vous sentiez bien intérieurement, aligné, à votre place afin que vous puissiez rayonner votre lumière au Monde.

Je sais que pour faire cette transition il faut avoir conscience de son plein potentiel, avoir confiance, être persévérant...





Et c'est pour cela que j'ai la **solution pour toi** !

Si tu as trop de questions, remplis ce quizz afin de voir si nous pourrions avancer ensemble.

Félicitations !

Cet ebook est terminé, contactes-moi sur instagram si tu as des questions.