



« Diplom+ » - Descriptif des modules

Modules communs

Module 1

Orientation professionnelle

Module 2

Préparation à l'embauche

Module 3

Empowerment & Mentoring

Module 4

Présentation & Communication

Module 5

Time & Stress Management

Module 6

Project Management

Module 7

Citoyen et salarié informé

Module 8

Computer Skills

Modules optionnels

Module A

Learning Strategies

Module B

Conseils pour la vie courante

Module C

Premiers Secours

Module D

Green Skills & Circular Economy

Module E

Ateliers Pratiques

Module F

Webdesign & Content Management

Module G

Design & 3D Printing

Module H

Data Analysis & Visualisation

Team Project

Modules communs

Module 1 Orientation professionnelle	
Description	Au sein du module « Orientation professionnelle » tu découvriras le marché du travail, tes propres options de formation ainsi que les différentes possibilités académiques et professionnelles, et comment faire le bon choix.
Durée	16 heures
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Développer sa connaissance de soi : intérêts, talents et compétences• Recevoir une aide à l'orientation• Appréhender le monde du travail : connaître les différents métiers et parcours de formation• Savoir clarifier ses choix d'études et choix professionnels• Savoir prendre des décisions• Connaître les outils à utiliser en matière d'orientation académique et professionnelle

Module 2 Préparation à l'embauche	
Description	Le module « Préparation à l'embauche » t'aide à définir ton propre projet professionnel et à rechercher des offres d'emploi correspondant à ton profil tout en te préparant idéalement à la rédaction des lettres de motivation et de ton <i>curriculum vitae</i> (CV). En simulant des entretiens d'embauche en conditions réelles avec des experts, tu te prépares de manière optimale à ces situations, tu te familiarises avec les questions les plus fréquemment posées par les responsables du personnel et tu gagneras ainsi en confiance. Par ailleurs, tu réalises une vidéo de candidature et tu es conseillé(e) comment réussir le début de ton premier emploi.
Durée	36 heures
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Définir son projet professionnel• Disposer d'un <i>curriculum vitae</i> (CV) avec une photo d'identité approprié• Maîtriser la rédaction de lettres de motivation adaptées à un poste vacant• Connaître les outils pour la recherche d'emploi• Avoir une bonne présence en ligne dans les réseaux sociaux• Préparer un entretien d'embauche• Préparer une vidéo de candidature professionnelle• Connaître les modalités de début de carrière

Empowerment & Mentoring

Description Dans le module « Empowerment & Mentoring » tu auras l'occasion de renforcer tes propres capacités et de te développer, en t'engageant dans la réalisation d'une initiative qui te tient à cœur. Pour y parvenir, tu seras accompagné dans ta démarche par les formateurs et les autres participants du module. Ce travail pourra être réalisé seul ou en équipe et se déroulera sous forme de brainstorming et de groupe d'entraide en classe.

L'objectif du module est de t'aider à choisir et définir une initiative personnelle et de t'accompagner dans sa mise en œuvre en établissant un plan d'action. Au cours du module, tu seras encouragé à solliciter les formateurs et les autres participants pour qu'ils te conseillent dans ta démarche. A ton tour, tu seras également invité à aider les autres participants dans leur initiative.

Durée 18 heures

- Objectifs**
- Être conscient de ses propres capacités (ce que l'on sait faire et ce que l'on ne sait pas faire)
 - Prendre l'initiative
 - Savoir s'auto-évaluer
 - S'organiser en fonction des objectifs fixés
 - Savoir donner et recevoir des conseils
 - Travailler en équipe
 - Gagner des compétences en *leadership*

Présentation & Communication

Description Lors du module « Présentation & Communication », tu apprends, à travers des exercices pratiques, à appliquer des méthodes de prise de parole en public qui te permettent de t'exprimer de manière « engageante » et confiante et de te sentir mieux/ à l'aise dans un environnement formel. Tu t'appropries également les principes de présentations visuelles réussies.

Durée 24 heures

- Objectifs**
- Comprendre les bases du processus de communication et les variables qui constituent une bonne prise de parole en public
 - Comprendre la dynamique fondamentale d'une présentation efficace dans un environnement formel
 - Informer et persuader un public
 - S'exprimer de manière structurée et claire
 - Être capable de communiquer dans un environnement public formel
 - Parler d'une voix assurée et être conscient de son propre langage corporel

Time & Stress Management

Description Le module « Time & Stress Management » t'introduit aux méthodes et aux outils qui te permettent de mieux gérer ton temps et tes priorités, et de mieux planifier tes activités et tes journées afin de prévenir le stress. En outre, ce module t'aide à adopter un mode de vie sain et propose des stratégies pour identifier et prévenir le risque de la dépendance numérique.

Durée 30 heures

- Objectifs**
- Gagner en autonomie grâce à l'organisation et la structuration des tâches
 - Gérer les priorités et adapter les techniques de travail personnelles
 - Apprendre des techniques de communication assertive
 - Maîtriser les périodes de stress de manière équilibrée et saine
 - Connaître les outils de relaxation, simples et facilement mis en pratique
 - Développer son hygiène de sommeil pour être plus efficace
 - Connaître les avantages du sport
 - Identifier et prévenir la dépendance numérique (déconnexion digitale) et les risques psychosociaux

Project Management

Description Au cours du module « Project Management », tu gagnes une vue d'ensemble des objectifs et procédés de la gestion agile de projets et tu es initié(e) aux différentes méthodes de résolution de problèmes. Dans le cadre d'exercices pratiques, tu appliques des méthodes de la réflexion créative (*creative thinking*) et tu apprends des stratégies de l'amélioration de processus.

Durée 30 heures

- Objectifs**
- Comprendre les principes de base de la gestion de projet
 - Appliquer les méthodes et les outils agiles pour la gestion d'un projet
 - Connaître les différentes étapes de la résolution de problèmes
 - Appliquer des méthodes et outils de la résolution de problèmes
 - Surmonter les obstacles liés aux difficultés organisationnelles
 - Connaître et appliquer des méthodes du *creative thinking*
 - Cartographier et améliorer des processus

Citoyen et salarié informé

Description Le module « Citoyen et salarié informé » te fournit des connaissances de base et des conseils dont tu as besoin pour un bon départ dans la vie adulte et dans le monde du travail. Tu découvres tes droits et obligations en tant que citoyen et salarié, ainsi que les différentes relations de travail qui existent au Luxembourg. En outre, les administrations les plus importantes du Grand-Duché te sont présentées et tu apprends à faire tes démarches administratives.

Durée 16 heures

Objectifs

- Assumer sa responsabilité citoyenne
- Connaître les principales administrations du pays
- Effectuer des démarches administratives (p.ex. par myguichet.lu)
- Connaître ses droits et obligations en tant que salarié
- Disposer de connaissances en matière de droit du travail
- Connaître les différents types de contrats et de relations de travail

Computer Skills

Description Le module « Computer Skills » te permet d'acquérir des compétences numériques pratiques requises aux études supérieures comme dans des situations professionnelles courantes. Le module s'adapte à ton niveau de compétences numériques :

- Le cours basique comprend la maîtrise des logiciels indispensables au travail quotidien (Microsoft Word, Excel, Outlook), ainsi qu'une introduction à la sécurité informatique, à la collaboration en ligne et au diagnostic des problèmes informatiques ;
- Le cours intermédiaire t'initie au monde de la programmation et te permet de te familiariser avec les algorithmes ;
- Le cours avancé t'apprend à programmer des applications concrètes avec le langage de programmation Python.

À la fin du module, un test standardisé facultatif te permettra d'obtenir une certification ICDL (*International Computer Driving Licence*), reconnue au niveau mondial et attestant tes compétences numériques.

Durée 48 heures

ObjectifsNiveau de base :

- Avoir une bonne maîtrise des logiciels courants dans le domaine professionnel (Microsoft Word, Excel, Outlook)
- Connaître les principes de la sécurité informatique et de la protection des données
- Maîtriser l'outil numérique de manière compétente et efficace
- Détecter et résoudre des problèmes informatiques
- Utiliser les outils de la collaboration en ligne

Niveau intermédiaire :

- S'initier au monde du *coding*
- Comprendre la structure et le fonctionnement des algorithmes
- Savoir créer de petits programmes

Niveau avancé :

- Comprendre la syntaxe et la sémantique d'un langage orienté objet
 - Apprendre le langage de programmation Python
 - Programmer des applications concrètes
-

Modules optionnels

Module A

Learning Strategies

Description Ce module est conçu pour t'apporter des méthodes et des outils qui te permettront d'être plus efficace dans l'apprentissage de nouveaux savoirs. De nos jours, puisque nous sommes exposées en permanence à des informations de nature et d'origine diverses, il est important de savoir exploiter les informations pertinentes. Cette formation te permettra d'apprendre à maîtriser des techniques simples de lecture rapide et de *mind-mapping* pour booster tes capacités d'apprentissage, de mémorisation et de restitution.

Durée 18 heures

- Objectifs**
- Découvrir le fonctionnement du cerveau et les mécanismes de mémorisation
 - Réaliser une évaluation de ses capacités de lecture (rythme, compréhension)
 - Savoir se placer dans des conditions favorables à la concentration
 - Savoir se fixer un objectif de lecture et de mémorisation
 - Connaître et utiliser la technique de lecture adaptée à l'objectif fixé
 - Apprendre à réaliser un *mind-map* (manuellement et à l'aide d'un logiciel dédié)
 - Optimiser l'utilisation de son cerveau pour extraire, structurer et mémoriser les informations
 - Définir une stratégie d'apprentissage

Conseils pour la vie courante

Description Le module « Conseils pour la vie courante » te prépare idéalement à tes premiers pas dans la vie adulte et à la vie quotidienne aux études. Tu reçois des conseils dans les domaines des finances, du logement et de la consommation, et tu acquies en même temps des compétences pratiques de base telles que l'entretien et le dépannage d'une voiture, les petites réparations dans un appartement et la cuisine rapide et saine.

Durée 30 heures

- Objectifs**
- Développer ses connaissances financières et repenser son propre comportement de consommation
 - Obtenir des renseignements dans le domaine du logement
 - Effectuer de petites réparations quotidiennes
 - Effectuer l'entretien de base de la voiture
 - Être capable de cuisiner sainement et rapidement

Premiers Secours

Description Le module « Premiers secours » te permet de connaître et d'appliquer les gestes de premiers secours afin que tu puisses réagir correctement en cas d'urgence et même sauver des vies. Une fois le module achevé et réussi, un certificat reconnu au niveau national sera délivré.

Durée 16 heures

- Objectifs**
- Être conscient des conséquences d'un accident
 - Se rendre compte de la responsabilité face à un être humain en détresse
 - Connaître les notions élémentaires du premiers secours et savoir appliquer les gestes de survie
 - Obtenir un certificat reconnu au niveau national en matière de premiers secours

Green Skills & Circular Economy

Description Le module « Green Skills & Circular Economy » introduit des compétences de base pour une transition verte et une économie circulaire. Tu gagneras en connaissances, capacités, valeurs et attitudes nécessaires pour vivre, développer et soutenir une attitude durable et économe en ressources.

Ainsi, tu découvriras comment intégrer des gestes « verts » dans ton quotidien et comment repenser ta façon de consommer, afin de participer à la transition d'une économie basée sur le triptyque « produire-consommer-jeter » vers une économie circulaire.

Durée 24 heures

- Objectifs**
- Développer des connaissances sur les enjeux environnementaux et le développement durable
 - S'initier à l'économie circulaire (réutilisation multiple / utilisation en cascade)
 - Connaître et appliquer des mesures pour une digitalisation durable
 - Savoir innover pour répondre aux défis environnementaux
 - Savoir évaluer et minimiser l'impact environnemental de nos modes de consommation des ressources
 - Connaître les différents systèmes de gestion des ressources (déchets, énergie, eau)
 - Comprendre la nécessité de changement et les mesures nécessaires pour y parvenir
 - Savoir identifier les opportunités économiques offertes par les technologies à faible émission de carbone

Ateliers Pratiques

Description Si tu es curieux de t'aventurer dans des métiers divers, de gagner en savoir-faire et de développer ton potentiel créatif dans un cadre *hands-on* et ludique, le module « Ateliers pratiques » est fait pour toi. Tu peux acquérir des compétences manuelles soit en transformation de métaux, soit en menuiserie ou encore en couture.

Durée 40 heures

- Objectifs**
- S'initier à la couture, à la menuiserie ou à la transformation de métaux

Webdesign & Content Management

Description Lors du module « Webdesign & Content management », tu crées ton propre site web, tu le mets en ligne et tu gères son contenu. En outre, tu découvres les bases du graphisme et de la mise en page.

Durée 27 heures

- Objectifs**
- Acquérir des notions de graphisme et de mise en page
 - Planifier un site web
 - Trouver et enregistrer un nom de domaine
 - Réaliser une intégration HTML/CSS à partir de maquettes graphiques
 - Mettre en ligne un site web
 - Savoir gérer le contenu d'un site web (*content management*)

Design & 3D Printing

Description Dans le cadre du module « Design & 3D Printing », tu seras initié au concept et aux techniques créatives du *computer-aided design* (CAD) et tu apprendras à fabriquer des prototypes réels à l'aide de l'impression 3D. Dans le cadre d'un projet pratique de court terme, tu crées ton propre objet et tu l'imprimes en 3D.

Durée 24 heures

- Objectifs**
- Connaître les notions de base de l'impression 3D
 - Appliquer des techniques de base de la construction en CAD
 - Appliquer des techniques de résolution de problèmes et du *product design* lors du développement d'un prototype

Data Analysis & Visualisation

Description Le module « Data analysis & visualisation » te fait découvrir le monde de l'analyse des données. Tu apprends à visualiser des analyses de données en appliquant des principes statistiques de base.

Durée 24 heures

- Objectifs**
- Comprendre les caractéristiques des données
 - Analyser et interpréter les données de manière statistique
 - Résoudre des problèmes en utilisant des bases de données dans MS Excel
 - Visualiser graphiquement et de manière compréhensible des données
 - Comprendre la manipulation de bases de données au niveau économique et industriel
-

Team Project

Description Au cours du projet d'équipe, tu apprends à mettre à profit les connaissances interdisciplinaires que tu as acquises lors des modules pour réaliser en groupe un projet de nature social, entrepreneurial ou culturel.

A travers ce projet, tu auras la possibilité de développer tes compétences organisationnelles, ta créativité, ta capacité à résoudre des problèmes et à travailler en équipe. Tout au long du projet, tu es accompagné(e) par des coachs du monde professionnel.

Durée Le projet se déroule parallèlement aux modules tout au long du deuxième semestre de l'année scolaire.

Objectifs

- Approfondir les compétences acquises lors des modules
- Acquérir de l'expérience en gestion de travail en équipe
- Développer des compétences appliquées en gestion de projets
- Gérer un budget et des ressources (humaines, matérielles et financières)
- Interagir avec des acteurs socioéconomiques
- Prendre des décisions et en assumer la responsabilité

Dans le cas d'un projet de nature sociale :

- Développer ses compétences sociales
- Définir une finalité sociale
- Définir les besoins des bénéficiaires visés par le projet
- Etablir un modèle économique à but social
- Mettre en œuvre le projet

Dans le cas d'un projet d'entrepreneuriat :

- Réaliser des études de marché
- Établir un *Business Plan*
- Réaliser des prototypes
- Commercialiser un produit/service et connaître les bases du marketing

Dans le cas d'un projet de nature culturelle :

- Réaliser un état des lieux de l'offre culturelle existante
 - Développer sa créativité
 - Définir une manifestation culturelle à proposer
 - Communiquer et promouvoir
 - Organiser une manifestation culturelle
-