



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG

Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse

Service de la formation professionnelle



DIPLÔM +
E PLUS U KOMPETENZ



DES DESCRIPTIF DES MODULES



MODULES COMMUNS		MODULES OPTIONNELS	
Orientation professionnelle	3	Learning Strategies	8
Présentation & Communication	3	Data Analysis	8
Préparation à l' embauche	4	Webdesign	9
Time & Stress Management	4	Coding	9
Premiers Secours	5	Design & 3D Printing	9
Project Management	5	Couture	10
Practical Life Skills	6	Cuisiner	10
Skills for Climate	7	Menuiserie	10

PROJET PRATIQUE & STAGE

(p._11)

MODULES COMMUNS

ORIENTATION PROFESSIONNELLE

Objectifs Avec le module « Orientation professionnelle » tu découvres le marché du travail et ses débouchés, les différents parcours académiques et professionnels qui s'offrent à toi, et comment faire le meilleur choix.

Ce module te permet de/d' :

- approfondir ta connaissance de toi-même : tes intérêts, tes compétences, et tes talents ;
- recevoir une aide à l'orientation ;
- appréhender le monde du travail : connaître les différents métiers et parcours de formation ;
- savoir clarifier tes choix d'études et choix professionnels ;
- savoir prendre des décisions ;
- connaître les ressources existantes en matière d'orientation académique et professionnelle.

Durée 16 heures

PRESENTATION & COMMUNICATION

Objectifs Grâce au module « Présentation & Communication », tu apprends à appliquer des méthodes de prise de parole en public, te permettant de t'exprimer de manière persuasive et sûre de toi.

Ce module te permet de/d' :

- comprendre les bases du processus de communication et les variables qui constituent une bonne prise de parole en public ;
- maîtriser les éléments clés d'une présentation efficace dans un environnement formel ;
- informer et convaincre une audience ;
- t'exprimer de manière structurée et claire ;
- t'approprier les principes de présentations visuelles réussies ;
- parler d'une voix assurée en maîtrisant ton langage corporel ;
- être conscient de tes propres capacités ;
- prendre l'initiative ;
- savoir t'auto-évaluer ;
- savoir donner et recevoir des conseils ;
- gagner des compétences en *leadership*.

Durée 40 heures

PREPARATION A L'EMBAUCHE

Objectifs Le module « Préparation à l'embauche » t'aide à définir ton propre projet professionnel et à développer une stratégie de candidature efficace, en t'accompagnant dans la recherche d'emploi ciblée en adéquation avec ton profil et dans la rédaction de candidatures (CVs et lettres de motivation).

Ce module te permet de/d' :

- définir ton projet professionnel ;
- disposer d'un curriculum vitae (CV) avec une photo d'identité adéquate ;
- maîtriser la rédaction de lettres de motivation adaptées à un poste vacant ;
- connaître les outils de recherche d'emploi ;
- savoir utiliser les réseaux sociaux dans le cadre de son projet professionnel ;
- préparer un entretien d'embauche ;
- préparer une vidéo de candidature professionnelle ;
- connaître les modalités de début de carrière.

Durée 36 heures

TIME & STRESS MANAGEMENT

Objectifs Le module « Time & Stress Management » t'introduit aux méthodes et aux outils te permettant de mieux gérer ton temps et tes priorités, afin d'adopter un mode de vie équilibré.

Ce module te permet de/d' :

- gagner en autonomie grâce à l'organisation et la structuration des tâches ;
- gérer tes priorités et adapter tes techniques de travail personnelles ;
- apprendre des techniques de communication assertive ;
- maîtriser les périodes de stress de manière équilibrée et saine ;
- connaître les méthodes de relaxation, simples et faciles à mettre en pratique ;
- développer une bonne hygiène de sommeil pour être plus efficace ;
- connaître les avantages d'une pratique sportive régulière ;
- savoir minimiser les risques liés à la dépendance numérique en adoptant une utilisation consciente et réfléchie des technologies digitales.

Durée 30 heures

PREMIERS SECOURS

Objectifs Le module « Premiers secours » se déroule en deux parties ; la première porte sur les « Premiers Secours » dits « traditionnels », et la seconde sur les « Premiers Secours en Santé mentale ».

Ce module te permet de/d' :

- être conscient des conséquences d'un accident ;
- être conscient de la responsabilité liée à la prise en charge d'une personne en détresse ;
- connaître les notions élémentaires du premiers secours et savoir appliquer les gestes de survie ;
- savoir prodiguer des premiers secours psychologiques ;
- connaître les différentes crises psychologiques possibles ;
- obtenir un certificat reconnu au niveau national en matière de premiers secours.

Durée 28 heures (16 h & 12 h)

PROJECT MANAGEMENT

Objectifs A travers le module « Project Management », tu acquiers une perspective globale sur les objectifs et processus de la gestion agile de projets, tout en étant initié aux différentes méthodes de résolution de problèmes.

Ce module te permet de/d' :

- 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.

Durée 30 heures

PRACTICAL LIFE SKILLS

Objectifs Le module « Practical Life Skills » t'apporte des connaissances essentielles et des conseils pratiques pour t'accompagner dans ta transition vers la vie d'adulte, pour évoluer sereinement vers le monde professionnel et bien gérer ta vie quotidienne.

Ce module te permet de/d' :

- connaître tes droits et devoirs de citoyen ;
- connaître les principales administrations du pays ;
- effectuer des démarches administratives (p.ex. par myguichet.lu) ;
- connaître tes 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
- développer tes connaissances financières et repenser ton propre comportement de consommation ;
- obtenir des renseignements dans le domaine du logement ;
- effectuer des petites réparations quotidiennes ;
- connaître et d'appliquer les bases de la communication écrite et orale dans un cadre professionnel.

Durée 36 heures

SKILLS FOR CLIMATE

Objectifs Le module « Skills for Climate » 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.

Ce module te permet de/d' :

- développer des connaissances sur les enjeux environnementaux et le développement durable ;
- t'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 tes 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.

Durée 24 heures

MODULES OPTIONNELS

LEARNING STRATEGIES

Objectifs Le module « Learning Strategies » est conçu pour t'apporter des méthodes et des outils qui te permettront d'être plus efficace dans l'apprentissage de nouvelles connaissances.

Ce module te permet de/d' :

- découvrir le fonctionnement du cerveau et les mécanismes de mémorisation ;
- réaliser une évaluation de tes capacités de lecture (rythme, compréhension) ;
- savoir te placer dans des conditions favorables à la concentration ;
- savoir te fixer un objectif de lecture et de mémorisation ;
- connaître et d'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 ton cerveau pour extraire, structurer et mémoriser les informations ;
- définir une stratégie d'apprentissage.

Durée 18 heures

DATA ANALYSIS

Objectifs Le module « Data analysis » t'amène à découvrir le monde de l'analyse des données. Tu apprends à visualiser et analyser des données en appliquant des principes statistiques de base.

Ce module te permet de/d' :

- comprendre les caractéristiques des données ;
- analyser et interpréter les données à l'aide de statistiques ;
- résoudre des problèmes en utilisant des bases de données dans MS Excel ;
- visualiser graphiquement et de manière compréhensible des données ;
- de comprendre la manipulation de bases de données au niveau économique et industriel.
- définir une stratégie d'apprentissage.

Durée 24 heures

WEBDESIGN

Objectifs Lors du module « Webdesign », 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.

Ce module te permet de/d' :

- 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).
-

Durée 27 heures

CODING

Objectifs Le module « Coding » te permet de t'initier aux bases de l'algorithmique et de la programmation en utilisant le langage « Python ».

Ce module te permet de/d' :

- comprendre la structure et le fonctionnement des algorithmes ;
 - comprendre la syntaxe et la sémantique d'un langage orienté objet ;
 - apprendre les bases du langage de programmation Python ;
 - programmer des applications concrètes.
-

Durée 40 heures

DESIGN & 3D PRINTING

Objectifs Dans le cadre du module « Design & 3D Printing », tu seras initié au concept et aux techniques créatives du computer-aided design (CAD) et tu apprends à fabriquer des prototypes réels à l'aide de l'impression 3D.

Ce module te permet de/d' :

- 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.
-

Durée 24 heures

COUTURE

Objectifs Le module « Couture » t'initie à la couture et te permet ainsi de développer et d'explorer tes compétences pratiques en couture.

Ce module te permet de/d' :

- te familiariser avec le matériel de couture ;
- apprendre les différentes étapes de réalisation d'un patron ;
- t'initier aux techniques de réparation ;
- confectionner un modèle simple.

Durée 48 heures

CUISINER

Objectifs Au sein du module « Cuisiner », tu découvres les fondamentaux de la cuisine et de la pâtisserie.

Ce module te permet de/d' :

- apprendre les bases de la cuisine et de la pâtisserie ;
- t'initier à la cuisine saine et rapide.

Durée 48 heures

MENUISERIE

Objectifs La « menuiserie » te permettra d'acquérir des compétences manuelles en menuiserie. Tu seras guidé dans l'exploration et la maîtrise des techniques essentielles utilisées dans la création et la manipulation du bois.

Ce module te permet de/d' :

- explorer et de maîtriser les techniques essentielles de la manipulation du bois ;
- initier au travail en sécurité dans la manipulation des machines (scie circulaire, rabot de dégauchissage, etc.).

Durée 48 heures

PROJET PRATIQUE & STAGE

PROJET PRATIQUE & STAGE

Objectifs Au cours du troisième trimestre, tu pourras utiliser et approfondir tes compétences nouvellement acquises dans un projet pratique qui inclut un stage en entreprise ou au sein d'une organisation.

A travers ce projet pratique, ainsi que pendant le stage, tu auras la possibilité de développer tes compétences organisationnelles, ta créativité, ta capacité à résoudre des problèmes et à travailler en équipe.

Ce module te permet donc de/d' :

Ce module te permet de/d' :

- approfondir les compétences acquises lors des modules ;
- développer des compétences appliquées en gestion de projets ;
- gérer un budget et des ressources (humaines, matérielles et financières) ;
- collaborer au sein d'une équipe ;
- interagir avec des professionnels ;
- prendre des décisions et en assumer la responsabilité ;
- acquérir de l'expérience professionnelle en entreprise ou au sein d'une organisation.

Durée Le projet pratique et le stage s'étendent sur toute la durée du troisième trimestre.
