

OFFREZ UNE EXPERIENCE INEDITE  
A VOTRE ENFANT POUR SON AVENIR



come  
ToSUP

✨ Des ateliers dédiés aux lycéen-ne-s,  
pour booster l'orientation et la réussite étudiante 🚀



DES ATELIERS INNOVANTS SUR UNE ½ JOURNEE, LE SAMEDI OU PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

BOOSTER SA CONFIANCE ET MIEUX GERER SON STRESS	✓ Jeudi 3 janvier ✓ Mardi 26 février 14h00-18h00	✓ Terminale 1 <sup>ère</sup> ✓ Seconde
BORN TO BE AN ENGINEER ?	✓ Vendredi 4 janvier 9h30-12h30	✓ Terminale 1 <sup>ère</sup>
BOOSTER SON ORIENTATION ET SA CONNAISSANCE DE SOI (Partie 1 - Questionnaire Strong®)	✓ Samedi 16 février ✓ Samedi 6 avril 14h30-18h00	✓ Terminale 1 <sup>ère</sup> ✓ Seconde
BOOSTER SON ORIENTATION ET SA CONNAISSANCE DE SOI (Partie 2 - Analyse du profil Strong®)	✓ Samedi 23 février ✓ Samedi 13 avril 14h30-18h00	✓ Terminale 1 <sup>ère</sup> ✓ Seconde
PARCOURSUP : affiner ses choix d'orientation et bien rédiger ses projets motivés	✓ Samedi 23 février 9h30-12h30 ✓ Lundi 25 février 14h30-17h30	✓ Terminale
BOOSTER SA REUSSITE AUX ORAUX DES CONCOURS (Ecoles de commerce, d'ingénieurs...)	✓ Samedi 30 mars ✓ Samedi 13 avril 14h30-18h00	✓ Terminale

ORGANISES ET ANIMES PAR CECILE BOURBON, PRESIDENTE FONDATRICE DE COME TO SUP

- ✓ Consultante et Coach en orientation, spécialiste de Parcoursup & des études supérieures, certifiée STRONG®, membre de jurys aux concours d'écoles de commerce et d'ingénieurs – 23 ans d'expérience professionnelle dont 16 ans dans l'enseignement supérieur en tant que Directrice de Communication de : ISC Paris ; 3iS Ecole de cinéma et d'audiovisuel ; EPF Ecole d'ingénieur-e-s
- ✓ Diplômée de Sciences Po Paris et d'un DESS Information-Communication de l'Institut Français de Presse – Formée au coaching depuis 2 ans (techniques, outils, pratique)
- ✓ Mère d'une famille recomposée de 4 adolescents, de 16 à 20 ans



LES + DE LA METHODE COME TO SUP

- ✓ Des échanges, de la pratique et de l'interactivité, en petit groupe (6 à 8 lycéens maximum)
- ✓ Une dynamique collective adaptée aux objectifs de chacun
- ✓ Des clés utiles et des outils pratiques pour mieux se connaître, définir et réussir son orientation

OBJECTIFS DES ATELIERS

- ✨ BOOSTER SA CONFIANCE ET MIEUX GERER SON STRESS
  - ✓ Comprendre les mécanismes de la confiance
  - ✓ Découvrir de nouveaux outils pour réguler son stress (lors des examens, concours...)
  - ✓ Renforcer sa confiance en soi, grâce à la sophrologie et au coaching
    - ⇒ Atelier co-animé avec Isabelle FAYS-BENAZET, sophrologue : [Ressources et Dynamiques](#)
- ✨ BORN TO BE AN ENGINEER ?
  - ✓ Faire comprendre et expérimenter ce qu'est un-e ingénieur-e, à quoi il-elle sert et comment il-elle travaille (initiation au mode projet)
  - ✓ Faire découvrir la diversité des débouchés, en termes de métiers et de secteurs
  - ✓ Comment choisir entre CPGE (classe prépa), écoles postbac, IUT ou licence universitaire ?
- ✨ PARCOURSUP : AFFINER SES CHOIX D'ORIENTATION ET BIEN REDIGER SES PROJETS MOTIVES
  - ✓ Examiner les formations envisagées, élargir si besoin et affiner sa stratégie d'orientation
  - ✓ Préparer et rédiger des projets motivés efficaces et adaptés aux formations ciblées.
- ✨ BOOSTER SA REUSSITE AUX ORAUX DES CONCOURS (écoles de commerce, d'ingénieurs...)
  - ✓ Acquérir la méthodologie et découvrir comment réussir les épreuves orales des concours d'admission (écoles de commerce et d'ingénieurs postbac...)
  - ✓ Savoir valoriser ses points forts et répondre aux questions-clés
  - ✓ S'entraîner à se présenter et à « pitcher »
- ✨ BOOSTER SON ORIENTATION ET SA CONNAISSANCE DE SOI (2 ateliers)

ATELIER 1	ATELIER 2
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Découvrir les différentes voies d'études et comment construire son projet d'orientation, de façon ludique et collaborative</li> <li>✓ Passer le questionnaire Strong®, l'outil de référence d'aide à la prise de décision en orientation, qui permet d'établir des liens entre les intérêts d'une personne et des choix de métiers, de découvrir des pistes professionnelles et d'être guidé dans ses choix de formations.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Découvrir son rapport personnel de profil Strong® (10 pages) et le décrypter</li> <li>✓ Définir les activités et environnements professionnels à privilégier, ainsi que les filières d'études correspondantes</li> <li>✓ Apprendre à mieux se connaître : atouts, points de vigilance, motivations, valeurs, aspirations</li> </ul>
SAVOIR OU ALLER, PAR QUEL CHEMIN ET COMMENT CONSTRUIRE SA VIE ETUDIANTE ET PROFESSIONNELLE	

MODALITES PRATIQUES

- ✓ TARIF : 150 € par atelier
- ✓ LIEU : La Celle St-Cloud, 13 avenue Gabriel (près de la place du Docteur Berthet)
- ✓ RESERVATION SUR [INSCRIPTION -télécharger le bulletin d'inscription](#) (places limitées)
- ✓ CONTACT, pour en savoir plus et s'inscrire : Cécile BOURBON – Tél 06 62 75 62 69  
[cecile.bourbon@cometosup.fr](mailto:cecile.bourbon@cometosup.fr) – [www.cometosup.fr](http://www.cometosup.fr)

Planning des ateliers susceptible de modification, en fonction du nombre d'inscrits (5 minimum par stage)