

## Définitions des nouvelles cartes AERES – T

### **Être ouvert/ flexible :**

Correspond au fait d'être ouvert aux opportunités qui se présentent et flexible pour s'adapter à différentes situations et aux imprévus.

### **Savoir planifier**

Correspond au fait de savoir anticiper et organiser la réalisation d'un projet.

### **Connaître ses intérêts/ valeurs**

Correspond au fait d'être au clair sur ce que l'on aime (intérêts) et ce qui nous guide, ce qui est important (valeurs) dans la vie.

### **Connaître ses forces**

Correspond à la connaissance de ses aptitudes, de ses compétences, de ses qualités et de ses atouts.

### **Avoir des objectifs et des projets**

Correspond au fait de pouvoir se projeter dans l'avenir et de se fixer des objectifs.

### **Connaître les formations et le marché du travail**

Correspond au fait de savoir quelles sont les formations existantes et quelle est la situation du marché du travail (par exemple : les secteurs où il y a beaucoup d'emplois.)

### **Réseaux**

Correspondant au fait de bénéficier d'un vaste réseau de contacts que l'on peut mobiliser en cas de besoin.

### **Travailler/ Se former**

Correspond au fait de considérer son activité professionnelle ou sa formation actuelle comme un atout, une ressource.

### **Professionnels de la santé et du social**

Correspond au fait de bénéficier d'un suivi de la part de professionnel·le de la santé (par ex : médecin) et/ou du social (par ex : assistant·e social.)