agir'H vous propose

Ateliers collectifs à la Carte

Rentrée 2018

- Ouverture d'esprit
- Gestion des émotions
- Affirmation de soi
- Parler de son handicap
- Mes obstacles
- Mes intérêts professionnels
- Focus métier avec un pro

- Bassin de l'emploi
- Se préparer à l'entretien de recrutement
- Simulation à l'entretien de recrutement
- Appui aux démarches
- ABC de l'informatique
- Image de soi
- Visites entreprise

Ouverts à tous

Inscription à l'accueil

04 79 84 35 70

Ateliers collectifs à la Carte

Rentrée 2018

Développement personnel

- 14/09** 09h - 12h **L'ouverture d'esprit**
Un atelier pour voir les choses ... autrement ! Lever les stéréotypes des mécanismes de la pensée.
- 28/09** 09h - 16h **La gestion des émotions**
Partie 1 : les émotions, quelles sont-elles et à quoi nous servent-elles ?
Partie 2 : exercice pratique sur la gestion des émotions avec les codes théâtraux
- 08/10** 09h - 12h **Affirmation de soi - partie 1**
« S'affirmer c'est savoir exprimer son opinion, ses besoins, ses sentiments. C'est exprimer ce que nous ressentons. »
Un atelier où nous aborderons cette notion tout en s'amusant !
- 05/11** 09h - 12h **Affirmation de soi - partie 2**
« S'affirmer c'est croire en sa valeur, en ses idées... »
Un atelier dynamique grâce à des mises en scène, des mises en « je », le tout ponctué de conseils sur l'attitude verbale et non verbale.

L'emploi et moi

- 21/09** 09h - 12h **Mes obstacles**
Repérer l'existence de difficultés qui empêchent de trouver un emploi ou de s'engager dans une démarche d'insertion.
- 02/10** 09h - 12h **Parler de son handicap**
Durant l'entretien d'embauche, lorsque l'on présente son projet professionnel, est-ce que l'on doit parler de son handicap ? et comment ? Nous allons confronter les différents points de vue et apporter des outils pour apprendre à en parler.
- 16/10** 09h - 12h **Mes intérêts professionnels**
« Je n'ai pas d'idée pour mon projet professionnel ».
Durant cet atelier, il vous sera proposé des tests et inventaires d'intérêts professionnels ainsi qu'un temps de réflexion pour définir un projet professionnel.
- 22/10** 09h - 12h **Focus métier avec un pro : les métiers de l'industrie**
Découvrir les métiers de l'industrie avec un professionnel : quelles sont les missions, les tâches, les conditions de travail ? Quel niveau et formation faut-il pour y accéder ? Quelles sont les évolutions possibles ?

L'emploi et moi

- 29/10** 09h - 12h **Bassin de l'emploi - Le réseau professionnel**
Connaître son bassin d'emploi pour mieux cibler ses recherches. Le réseau relationnel consiste à identifier toutes les personnes de votre secteur et à exploiter ce réseau de personnes pour rencontrer d'autres interlocuteurs et ainsi de suite. L'effet « boule de neige » en quelque sorte.
- 12/11** 09h - 12h **Se préparer à l'entretien de recrutement**
Un entretien de recrutement ça se passe comment ? Quelles sont les questions que l'on va me poser et comment bien y répondre ? Un atelier pour bien se préparer à cette rencontre.
- 19/11** 09h - 12h **Simulation à l'entretien de recrutement**
S'entraîner à aller à la rencontre de professionnels dans le cadre d'entretiens de recrutement.
- 26/11** 09h - 12h **Appui aux démarches**
Un atelier pour être soutenu et guidé face aux démarches à entreprendre dans le cadre professionnel.

Les Extras de décembre

- 03/12** 09h - 12h **ABC de l'informatique**
Un atelier pour apprendre :
 - Les bases de l'informatique
 - A créer une boîte mail
 - A gérer son espace perso (Pôle Emploi, CAF ...)

» Pour s'inscrire : remplir la fiche des demandes spécifiques.
- 10/12** 10h - 15h **Image de soi - Relooking spécial Noël**
« Apprendre à s'accepter et croire en soi... »
Partage de connaissances et conseils sur la valorisation de son image (partage d'expériences dans différents domaines tels que la coiffure, la photo, la colorimétrie et l'habillement).
Repérer ses atouts et comment se mettre en valeur.
- 2 visites entreprise**
» dates et lieux à définir