

Ouverts à tous !
Inscription à l'accueil
ou auprès de votre Conseiller

Ateliers collectifs à la Carte Savoie dernier trimestre 2019

16/09	09h00 - 12h00 Chambéry	La gestion du temps Apprendre à gérer son temps, à identifier ses « valeurs de temps » et à se fixer des priorités.
18/09 09/10 30/10 13/11 04/12	13h30 - 16h30 Pont de Beauvoisin	Echanges et réseau Atelier en 2 temps : création d'un réseau entre usagers (échanges de bonnes pratiques, plans d'actions, conseils) puis travail collectif sur un thème choisi (apports théoriques et mises en situations)
08/10 12/11	10h00 - 12h00 Chambéry	Trouver sa VOIX A travers des exercices vocaux ludiques et imaginatifs, issus des techniques théâtrales, développez vos compétences dans l'art de prendre la parole. Explorez vos capacités vocales et trouvez petit à petit votre VOIX.
09/10 27/11	09h00 - 12h00 Chambéry	TRF (Techniques de Recherche de Formation) Descriptif général de la formation (lieux, investissement personnel, coût...) Echanges et réponses sur vos interrogations personnelles.
14 et 21/10 09h30 - 12h00 Chambéry		ABC de l'informatique (en 2 parties) Un atelier pour apprendre : <ul style="list-style-type: none">● Les bases de l'informatique● A créer une boîte mail● A gérer son espace perso (Pôle Emploi, CAF ...)
15/10	14h00 - 16h00 Chambéry	PEP'S (Prestation d'Elaboration de Projets) Information collective pour vous présenter l'atelier et vous permettre de vous positionner. Réaliser un bilan professionnel et personnel, construire un projet et le confronter à la réalité, méthode de mise en œuvre et plan d'action.

15 et 22/10
09h00 - 16h00

Chambéry
Bassens

Mes compétences (en 2 parties)

- Expérimenter (partie 1)
Identifier ses compétences est souvent un exercice difficile car nous n'avons pas l'habitude de nous mettre en avant. Grâce à une approche ludique, vous allez apprendre à les repérer et surtout prendre conscience de vos potentiels !
- Valoriser (partie 2)
Plein de trucs et astuces pour apprendre à dire ses compétences, à « oser » les verbaliser !

**23/10
11/12**

Chambéry

VAE (Validation des Acquis d'Expériences)

Information collective

Aide concernant les démarches liées à la VAE.

29/10

10h00 - 12h00

Chambéry

Débuter sur les réseaux sociaux

Découvrez les spécificités des réseaux sociaux et comment les employeurs les utilisent pour communiquer et recruter.

21/11

13h30 - 17h00

Chambéry

La «Première» impression

On dit souvent que c'est « la première impression qui compte » La porte s'ouvre, c'est à vous de jouer.. Nous vous proposons le temps de cet atelier un travail précis et individuel sur la prise de parole, le regard, le mouvement.

25/11

09h30 - 16h30

Chambéry

La gestion des émotions

Les émotions, quelles sont-elles et à quoi nous servent-elles ? Exercices pratiques sur la gestion des émotions avec les codes théâtraux.

02/12

09h00 - 12h00

Chambéry

La détox de l'emploi

Venez boire un café pour débattre autour du monde de la recherche d'emploi, de vos angoisses, de vos obstacles mais aussi des solutions à apporter et pourquoi pas créer un nouveau réseau. Atelier animé par Elie, bénéficiaire expert.

03/12

09h00 - 12h00

Chambéry

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.

16/12

10h00 - 16h00

Bassens

Relooking

« 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.