agir H

Ateliers collectifs à la Carte

Savoie

1er trimestre 2020

Ateliers collectifs à la Carte

Savoie

1er trimestre 2020

- La «première» impression
- TRE (Technique Recherche Emploi)
- Mes obstacles
- TRF (Technique Recherche Formation)
- Trouver sa VOIX
- CV et lettre de motivation
- ADPP (Atelier Définition de Projet Professionnel)

- La gestion des émotions
- VAE *(info collective)*
- Savoir se présenter et parler de soi
- Débuter sur les réseaux sociaux
- ABC de l'informatique *(en 2 parties)*
- Mes compétences *(en 2 parties)*
- L'entretien de recrutement

Ouverts à tous !

Inscription

➲ **à l'accueil au 04 79 84 35 70**

ou

➲ **auprès de votre Conseiller**

agir H à chaque situation, **un accompagnement** à la carte

24 rue Aristide Bergès – 73000 CHAMBERY
✆ 04 79 84 35 70 🖷 04 79 65 22 50

14/01 — 09h00 - 12h30 — 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.

20/01
29/01
04/02

14h00 - 17h00
09h30 - 12h30
09h30 - 12h30

Gilly sur Isère

TRE (Technique de Recherche d'Emploi)

CV **:** travail sur compétences

Bassin d'emploi **:** comment rechercher des offres, comment postuler ?

Entretien **:** parler de son handicap

21/01 — 09h00 - 12h00 — Chambéry

Mes obstacles

Repérer les difficultés qui empêchent d'avancer dans son projet de retour à l'emploi mais surtout ! Envisager des solutions, des façons de les contourner !

22/01
18/03

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.

28/01
02/03

10h00 - 12h30

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.

29/01 — 13h30 - 16h30 — Pont de Beauvoisin

CV et lettre de motivation

Quelle image véhicule mon CV ?
Mes compétences sont-elles valorisées ?
Les arguments clés de ma candidature sont-ils démontrés ?

Apports, débriefs et optimisation de ces deux outils.

31/01-07/02-14/02
21/02 et 20/03
09h30 - 16h15

Aix-les-Bains

ADPP (Atelier Définition de Projet Professionnel)

Faire un état des lieux de son parcours métiers et y associer toutes les compétences développées pour transférer celles que l'on a aimé vers un futur emploi ou domaine d'activité.
Comment redonner les clefs que l'on possède mais que nous avons peut-être égarées ?

04/02 — 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.

05/02 — 09h00 - 12h00 — Chambéry

VAE (Validation des Acquis d'Expériences)

Information collective

Aide concernant les démarches liées à la VAE.

19/02 — 13h30 - 16h30 — Pont de Beauvoisin

Savoir se présenter et parler de soi

- Pourquoi se présenter ?
- Que dois-je dire ? dans quel ordre ?
- Est-ce que je parle de ma RQTH ?

25/02
03/03

10h00 - 12h30

Chambéry

Débuter sur les réseaux sociaux

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

27/02 et 05/03
09h00 - 12h00

Chambéry

ABC de l'informatique (en 2 parties)

Un atelier pour apprendre :

- Les bases de l'informatique
- A créer une boîte mail
- A gérer son espace perso (Pôle Emploi, CAF …)

10 et 17/03
09h00 - 16h00

Chambéry

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 !

11/03 — 13h30 - 16h30 — Pont de Beauvoisin

L'entretien de recrutement

- Nature et objectif d'un tel entretien
- Quelques incontournables en terme de comportement
- Les questions «pièges»