



L'H'activateur emploi & formation

Mardi 02

09h30 – Témoignage de Laëtitia KOPEC.

RDC

10 Places

Laëtitia vient témoigner sur son parcours professionnel « Comment j'ai rebondi malgré mon handicap ».

13h30 – Atelier « communication assertive »

RDC

8 Places

S'exprimer sans agressivité, s'exercer aux étapes de la Communication Non Violente. Savoir dire « non! »

Mercredi 03

09h00 – Atelier « Word »

RDC

8 Places

Besoin de découvrir ou s'entraîner à utiliser le traitement de texte ? Cet atelier est pour vous.

09h30 – Atelier CAF'HACTIVATEUR

2^{ème} étage

Vous avez entendu parler du dispositif H'activateur de compétences, mais vous avez besoin de mieux comprendre de quoi il s'agit ? Venez à la réunion mensuelle de présentation, nous vous expliquerons tout !

13h30 – Atelier « Auto louange »

2^{ème} étage

8 Places

« Comment booster son estime de soi et renforcer la confiance en soi »

Jeudi 04

10h30 – YOGA avec Mélanie

18 rue Lafayette, Dijon

12 Places

Votre rendez-vous activité physique douce et adaptée à chacun.

Vendredi 05

09h00 – Atelier « Qualité et confiance en soi »

RDC

8 Places

Définir et illustrer ses qualités (forces). Relever des défis pour développer sa confiance

13h30 – Atelier « LinkedIn »

RDC

8 Places

Mes premiers pas sur les réseaux sociaux : comment créer un compte LinkedIn.

PLANNING MAI 2023

Mardi 9

09h30 – Intervention de France Bénévolat

2^{ème} étage 15 Places

Le bénévolat pourquoi pas ? Comment valoriser son expérience de bénévole ? Toutes les informations vous seront présentées au cours de cette réunion.

14h00 – Visite entreprise – APF

3 rue du Professeur Louis Neel 21600 Longvic.

APF, entreprise adaptée, ouvre ses portes pour une découverte de ses métiers.

13h30 – Atelier « Victoire personnelle »

2^{ème} étage 8 Places

Venez apprendre à valoriser et partager une réussite personnelle.

Mercredi 10

09h30 – Intervention de la Cravate Solidaire « Boost tes recherches »

2^{ème} étage 15 Places

Avoir un bon profil sur linkedIn, et comment candidater.

09h00 - Atelier « Excel »

RDC 8 Places

Venez découvrir ou vous exercer à l'utilisation d'un tableur

13h30 – Intervention de la Cravate Solidaire : Le pouvoir des couleurs

2^{ème} étage 15 Places

Décrypter le message des couleurs, leur impact sur vos interlocuteurs.

Jeudi 11

10H30 - Atelier Bien être – Sophrologie

61 rue d'Auxonne 12 Places

Comment retrouver et favoriser « un sommeil récupérateur »

09h30 – Thot Learning

10 Places

L'organisme de formation Thot learning, vient vous présenter son offre de formation

Vendredi 12

13h30 – Atelier numérique – Tests de positionnement

RDC 8 places

Tests pour les nouveaux arrivants.

Lundi 15

13h30 – Atelier Théâtre L'interlude – Ouvert à tous

61 Rue d'Auxonne

Votre rendez-vous hebdomadaire de découverte du théâtre continue avec Claire.

PLANNING MAI 2023

Mardi 16

13h30 – Atelier «Le Pitch » 2^{ème} étage 8 Places
Comment convaincre un employeur en deux minutes ? Apportez votre CV et offre d'emploi !

13h30 - Atelier « Accords toltèques » RDC 8 Places
Venez apprendre quatre principes qui changeront votre vie.

Mercredi 17

09h30 – Atelier « courbe du changement » 2^{ème} étage 8 Places
Quel chemin me reste-t-il à parcourir pour surmonter les changements survenus dans ma vie ?

9h00 – Atelier numérique « Word » RDC 8 Places
Vous avez besoin de progresser ou de découvrir le traitement de texte ? Venez nous rejoindre sur l'atelier Word.

Lundi 22

13h30 – Atelier Théâtre L'interlude – Ouvert à tous 61 Rue d'Auxonne
Votre rendez-vous hebdomadaire de découverte du théâtre continue avec Claire.

Mardi 23

09h00 - Atelier CPAM 2^{ème} étage 15 Places
*Intervention de la CPAM.
Venez découvrir votre espace AMELI et vous informer sur vos droits.*

09h00 - Atelier Excel RDC 8 Places
Je découvre ou m'entraîne à construire un tableau sous Excel

Mercredi 24

09H00 – Atelier « Portraits Chinois » 2^{ème} Etage 8 Places
Atelier créatif et ludique pour : s'interroger sur ses goûts, ses préférences ; cerner sa personnalité ; et développer la connaissance de soi ».

09h00 – Atelier simulation d'entretien avec Jérôme RDC 8 Places
Apportez votre cv et une offre d'emploi, pour une mise en situation.

13h30 – Atelier CV 2 : rendre mon CV attractif RDC 8 Places
Créer, optimiser, designer mon CV en ligne et gratuitement. Apportez votre CV !

Jeudi 25

PLANNING MAI 2023

10H30 - Atelier Bien être – Sophrologie

61 rue d'Auxonne

12 Places

Renforcer son métabolisme.

Mardi 30

09h00 – Atelier Emploi « Mon Espace Personnel Pole Emploi »

RDC

8 Places

Venez avec vos identifiants et mot de pass pour cet atelier. Découvrez des astuces pour valoriser votre candidature, utiliser toutes les fonctions de votre espace personnel.

13h30 - Atelier « ligne de vie »

2^{ème} Etage

8 Places

Développer une vision positive de son parcours et de ses ressources / forces.

Mercredi 31

09h00 – Atelier Emploi « Mes valeurs »

2^{ème} Etage

8 Places

Identifier ses valeurs, pour mieux se connaître et se projeter en emploi

13h30 – Atelier « lettre de motivation »

2^{ème} Etage

8 Places

Comment rédiger une lettre de motivation efficace !

H'activateur de compétences 15 rue de l'Arquebuse 21000 DIJON

Pour vous inscrire, envoyez un mail: projet21@hactivateurdecompetences.fr

En cas d'empêchement merci de nous prévenir au plus tôt, via cette même adresse mail, afin de laisser la place aux autres bénéficiaires



INVESTIR
DANS VOS
COMPÉTENCES



BANQUE des
TERRITOIRES
GROUPE CAISSE DES DÉPÔTS