



L'H'activateur

emploi & formation

Mardi 04

13h30 - Atelier Conseil en Image | Animé par Saïd EL IDRISSE

2^{ème} étage 5 Places

Mieux se connaître et valoriser son image

Mercredi 05

09h00 – Atelier « Changer de Lunettes avec Elodie »

2^{ème} étage 8 Places

Le changement de perspective et la prise de recul est essentiel pour vivre sereinement. Elodie vous montre le chemin !

09h00 – Atelier mieux se connaître « Blason »

RDC 6 Places

Se pencher sur son parcours, valeurs projets à venir, pour améliorer l'image et l'estime de soi .

13h30 – Atelier mieux se connaître « Arbre de vie »

2^{ème} étage 6 Places

Donner du sens à ses expériences en apportant un nouveau regard sur son parcours.

13h30 – Atelier emploi « Identifier ses savoirs être professionnels »

RDC 8 Places

Je fais le point sur mes savoir- être et savoir-faire professionnel.

Jeudi 06

10h30 – YOGA avec Mélanie

18 rue Lafayette, Dijon 12 places

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

Vendredi 07

09h30 – CAF Hactivateur

RDC

Vous êtes intéressé par l'Hactivateur de compétences ? Venez à la réunion mensuelle de présentation, nous vous expliquerons tout !

13h30 – Atelier emploi « Rédiger ma lettre de motivation »

RDC 8 Places

Comment rédiger une lettre de motivation efficace ?

Mardi 11

PLANNING AVRIL 2023

09h00 – Atelier emploi « Chope Les Codes Pro »

2^{ème} étage 15 Places

Venez comprendre les enjeux de l'image professionnelle, appréhender des codes vestimentaires et non verbaux, apprendre à se mettre en valeur et comprendre les attentes des recruteurs !

13h30 – Atelier emploi « Réussir son entretien sans discrimination »

2^{ème} étage 15 Places

Un atelier pour comprendre les enjeux de l'entretien d'embauche, la finalité de chaque question, avoir tous les codes pour être en mesure de gérer positivement un entretien et savoir se parer face à des questions potentiellement discriminantes.

Mercredi 12

09h00 – Atelier emploi « Pair-aidance lettre de motivation »

RDC 8 places

Je viens partager avec le groupe mes remarques, difficultés pour réaliser mes candidatures, et cherche collectivement des solutions.

Apporter Cv et une offre d'emploi

13h30 – Atelier Photo PROJET

2^{ème} étage 10 places

Atelier réservé aux volontaires participant au projet culturel.

Jeudi 13

10H30 - Atelier Bien être – Sophrologie – « Se Recentrer »

61 rue d'Auxonne 12 places

Un espace pour s'écouter, maîtriser ses pensées et ne pas se laisser submerger par les pensées parasites.

Vendredi 14

09h00 – Atelier numérique – Tests de positionnement

RDC 8 places

Tests pour les nouveaux arrivants.

09h00 – Atelier « Les Animaux Totem »

2^{ème} étage 8 Places

Un moment ludique qui ne vous apportera que du positif !

13h30 – Atelier « Les Quatre Accords Toltèques »

2^{ème} étage 8 Places

Venez apprendre quatre principes qui changeront instantanément votre vie !

Lundi 17

13h30 – Atelier Pair-Aidance numérique

RDC 8 places

Besoin d'aide, pour naviguer sur internet, utiliser votre ordinateur, smartphone ? Venez participer à cet espace d'entraide, ou chacun partage son savoir-faire.

13h30 – Atelier Théâtre L'interlude « Projet Culturel - Répétition »

61 Rue d'Auxonne

PLANNING AVRIL 2023

15h30 – Atelier Théâtre L'interlude – Ouvert à tous

61 Rue d'Auxonne

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

Mardi 18

09h00 – Atelier « Gestion des Emotions »

2^{ème} étage 8 Places

Comment apprendre à identifier et gérer ses émotions ? Nous vous disons tout.

09h00 - Atelier emploi « Ma recherche emploi sur Internet »

RDC 8 Places

Nous vous montrons comment rechercher efficacement des offres d'emploi sur internet.

13h30 – Atelier Motivation - Comment bien définir son objectif ? (SMART)

2^{ème} étage 8 Places

Définir et s'engager sur son objectif clair, simple et réalisable

Mercredi 19

09h30 – Présentation du Centre de Formation FORMAPI

2^{ème} étage 8 Places

Venez découvrir ce centre de formation et ses très nombreuses possibilités de formation, alternance et autres sur de multiples secteurs !

9h00 – Atelier numérique « Excel »

RDC 8 places

Besoin de progresser ou de découvrir les tableurs ? Envie de partager vos connaissances sur les tableurs ? Cet atelier est là pour cela.

13h30 – Atelier « Carte du destin »

2^{ème} étage 6 Places

Prendre du recul vis-à-vis d'une situation et faire émerger des idées nouvelles pour avancer.

Jeudi 20

10h30 – Gym Santé Mélanie

18 rue Lafayette, Dijon 12 places

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

Vendredi 21

09h00 – Atelier « Définir ses besoins face au handicap »

2^{ème} étage 6 places

J'identifie mes contraintes pour mieux exprimer mes besoins de compensation, en entretien d'embauche.

09H00- Atelier Emploi « Atelier CV 1»

RDC 8 places

Identifier mes compétences et comment les mettre en avant sur mon CV.

Lundi 24

PLANNING AVRIL 2023

09h00 – Atelier affirmation de soi « Mes Valeurs » 2^{ème} Etage 8 places

Un atelier avec des exercices pratiques pour identifier vos valeurs perso et emplois potentiels !

13h30 – Atelier emploi « Pair-aidance candidature » RDC 8 places

Travaillons ensemble nos candidatures. Venez avec une offre d'emploi et votre CV.

13h30 – Atelier Théâtre L'interlude « Projet culturel - Répétition » 61 Rue d'Auxonne

15h30 – Atelier Théâtre L'interlude – Ouvert à tous 61 Rue d'Auxonne

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

Mercredi 26

09H00 – Atelier Emploi – Simulation entretien 2^{ème} Etage 8 places

Apportez votre cv et une offre d'emploi, pour une mise en situation.

13h30 – Atelier Affirmation de soi - « Prise de décision collective » 2^{ème} étage 12 Places

A travers des mises en situations, trouver sa place et s'affirmer au sein d'un collectif. Prendre une décision commune et partagée.

Jeudi 27

09H00 – Visite PROMUT 23 Rue des Frères Montgolfier, 21300 Chenôte

Venez découvrir cette entreprise adaptée et ses propositions d'emploi. Job dating après la visite pour les volontaires intéressés !

14H00 - Atelier Bien être – Sophrologie – « Installer le Calme » 61 rue d'Auxonne 12 places

Un espace pour apaiser son corps et son esprit et installer un état de calme avant un entretien ou tout événement source de stress et d'agitation.

Vendredi 28

09H00 – Atelier Emploi « Mon Compte Personnel de Formation » RDC 8 places

Venez apprendre à utiliser votre CPF avec Corinne !

13h30 – Atelier Emploi « Mon Espace Personnel Pole Emploi » RDC 8 places

*Venez apprendre des trucs et astuces pour améliorer votre recherche d'emploi et vos candidatures. **Apporter votre mot de passe et identifiant Pôle Emploi !***

PLANNING AVRIL 2023

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



**MINISTÈRE
DU TRAVAIL,
DE L'EMPLOI
ET DE L'INSERTION**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



**INVESTIR
DANS VOS
COMPÉTENCES**



**BANQUE des
TERRITOIRES**
GRUPE CAISSE DES DÉPÔTS