

OBJECTIFS

Lever les freins sur les représentations de l'emploi des séniors
Valoriser ses expériences et son potentiel et remobiliser la confiance
Vérifier, développer, et confirmer son projet professionnel.
Stimuler sa dynamique d'action de recherche d'emploi - Faciliter le lien avec les entreprises.
S'appuyer sur un collectif pour activer des rencontres entreprises et développer du réseau

PUBLIC

Demandeurs d'emploi F/H de +45 ans avec une attention particulière aux demandeurs d'emploi de longue durée et de + 50 ans
Salariés en reconversion professionnelle à la suite d'une inaptitude en cours.

PRE-REQUIS : Avoir identifié un projet professionnel – Maitrise du français

MODALITES PEDAGOGIQUES :

Travail collaboratif - Brainstorming - Jeux de rôle - Mises en situation - Analyse de pratiques - Rencontres entreprises...

DUREE

13 collectifs de 3.5 hres
10 Acc. Individuels = 10 hres
Echelonnés sur 2,5 mois

TARIF : Financement Région
Gratuit pour les participants

CALENDRIER prévisionnel

6 groupes planifiés 04/2024-03/2025

04/2024 Constitution des 2 premiers groupes

Lieux des actions

Valence – Montélimar – Romans – Tain

Planification

2 groupes Mai à juillet 24
2 groupes Septembre à Novembre 24
2 groupes Décembre 24 à Mars 2025

CONTACT

MIFE de la Drome
36 B rue Biberach 26000 Valence
Marie-Hélène BRET
Référente séniors – CIP
04 75 82 06 10
mh.bret-mife@cidffdrome.fr

CONTENU ET DEROULEMENT

Atelier 1 - La force du collectif

Intégrer et créer un collectif coopératif - Définir les règles de vie – Présenter les ateliers-Identifier les besoins

Atelier 2 - Le travail, pourquoi faire ?

Déconstruire les représentations et les stéréotypes associés à l'âge
La place du travail après 45 / 50 ans

Atelier 3 - Définir ses atouts

Atelier 4 – Mobiliser sa confiance en soi et l'estime de soi

Mobiliser la confiance en soi et l'estime de soi

Atelier 5 - Mon projet professionnel et le marché du travail

Identifier les étapes de réalisation du projet en lien avec le marché du travail

Atelier 6 – Le numérique et moi (Atelier optionnel selon les besoins)

Atelier 7 – Comment mieux gérer son stress et ses émotions

Atelier 8 - Les outils et démarches de recherche d'emploi (CV, lettre de motivation)

Atelier 9 - Valoriser son image professionnelle et sa présentation lors de l'entretien - Communication verbale et non verbale

Atelier 10 – Me préparer à l'entretien d'embauche : Mise en situation

Atelier 11 à 13 - Rencontres / Actions entreprises /Bilan

Elaborer et réaliser des actions vers les entreprises -

+ ENTRETIENS INDIVIDUELS TOUT LE LONG DU PARCOURS