



Confiance en soi & Préparation à l'emploi

Programme d'ateliers

Présentation générale

Ces ateliers visent à accompagner les bénéficiaires dans leur remobilisation personnelle et professionnelle, le développement de la confiance en soi, la valorisation de leurs compétences et la préparation concrète à l'insertion ou au retour à l'emploi.

Public global : personnes en démarche de remobilisation, d'orientation ou de recherche d'emploi.

Adaptation possible selon le niveau de français (FLE).

1. Se ressourcer et se remobiliser profondément

Tous niveaux

Objectifs :

Se présenter et identifier ses atouts personnels et professionnels

- Créer du lien et favoriser l'écoute entre participants
- Développer la confiance en soi et l'estime personnelle
- Valoriser les compétences et célébrer les réussites
- Renforcer le sentiment d'appartenance au groupe

Public visé :

Toute personne ayant besoin de remobilisation, de valorisation de ses ressources et d'un temps de recentrage.

2. Trouver sa voie rapidement avec son IKIGAI

Prérequis : niveau débutant à intermédiaire en FLE

Objectifs :

- Identifier ses passions et motivations professionnelles
- Reconnaître ses compétences et forces personnelles
- Comprendre les besoins du marché et de la société
- Explorer les opportunités professionnelles et leur valorisation
- Clarifier son projet de vie et son impact personnel

Public visé :

Toute personne souhaitant définir un projet professionnel cohérent et porteur de sens.

3. Oser se démarquer

Objectifs :

- Mieux se connaître et valoriser ses atouts (image, communication, compétences)
- Développer son impact professionnel (style, posture, expression)
- Renforcer l'esprit collectif et la dynamique de groupe

Public visé :

Toute personne souhaitant gagner en confiance et en affirmation de soi.

4. Se valoriser pour oser - Conseil en image

Objectifs :

- Identifier sa morphologie, son style et son univers visuel
- Construire une image professionnelle cohérente et authentique
- Valoriser son potentiel et renforcer l'estime de soi
- Comprendre l'impact de l'apparence dans l'insertion professionnelle
- Expérimenter concrètement (bar à vêtements, essais, création de tenues)
- Se projeter dans une identité professionnelle affirmée

Public visé :

Toute personne souhaitant renforcer sa confiance et son image professionnelle.

5. Communication non verbale et savoir-être en entreprise

Prérequis : niveau intermédiaire en FLE

Objectifs :

- Comprendre l'impact de sa communication et de son image
- Identifier les composantes de l'image personnelle et professionnelle
- Aligner posture, comportement et tenue avec les attentes du monde du travail

Public visé :

Personnes prêtes à mobiliser leurs ressources et à renforcer leur posture professionnelle.

6. Assister efficacement à un entretien

Niveau FLE avancé

Objectifs :

- Valoriser son image professionnelle (tenue, posture, photo)
- Créer ou optimiser CV, lettre de motivation et profil LinkedIn
- Comprendre les attentes des recruteurs
- Utiliser les outils numériques de candidature (Canva, LinkedIn)
- Présenter une candidature claire et professionnelle

Public visé :

Toute personne souhaitant structurer ses outils de candidature et gagner en confiance.

7. Se préparer à décrocher un job

Prérequis : niveau intermédiaire à avancé en FLE

Objectifs :

- Construire une candidature complète (CV, LinkedIn, mail)
- Développer sa visibilité auprès des recruteurs
- Maîtriser les outils numériques de recherche d'emploi

Public visé :

Personnes souhaitant développer leur stratégie de recherche d'emploi.

8. Devenir le coup de cœur du recruteur

Prérequis : niveau intermédiaire à avancé en FLE

Objectifs :

- S'entraîner à l'entretien via des mises en situation
- Renforcer posture, écoute et communication professionnelle
- Valoriser sa candidature jusqu'au suivi post-entretien

Public visé :

Toute personne souhaitant gagner en assurance lors des entretiens.

Dispositif complémentaire

Vestiboutique – Tous niveaux

Mise à disposition de vêtements et accompagnement à la constitution d'une tenue professionnelle adaptée

Orientation des bénéficiaires

Les ateliers peuvent être suivis indépendamment ou en parcours progressif selon :

- niveau linguistique
- degré d'avancement dans le projet professionnel
- besoins en remobilisation ou préparation à l'emploi

Un positionnement peut être réalisé en amont pour orienter vers l'atelier le plus pertinent.