



**Une semaine
consacrée
à restaurer
l'estime,
la confiance
et l'image
de soi pour
vos démarches
professionnelles**

OSEZ ETRE VU-E ET ENTENDU-E

**Du lundi 5 au vendredi 9
novembre de 9h à 17h
à la Maison
des Compétences
de Lillebonne**

ATELIERS COLLECTIFS

ENTRETIENS INDIVIDUELS

COACHING « LOOK DE L'EMPLOI »

**SIMULATIONS D'ENTRETIEN
DE RECRUTEMENT
AVEC DES EMPLOYEURS**

Gratuit sur inscription

**Programme détaillé
sur www.mdc-cauxseine.fr**



**Informations
et inscriptions :**

**Maison des compétences
Parc d'Activité du Manoir - 76170 Lillebonne
02 32 65 11 11 • mdc@cauxseine.fr**



OSEZ ETRE VU-E ET ENTENDU-E

**Lundi 5 novembre
matinée**

- **Présentation
de la semaine**

**Lundi 5 novembre
après-midi**

&

**Mardi 6 novembre
journée**

- **Ateliers collectifs**

*(Re)découvrir mes atouts,
mes points forts
en mobilisant ma voix,
mon corps et mon mental
avec toute l'énergie
et le dynamisme du collectif.*

**Mercredi 7 novembre
après-midi**

- **Rendez-vous individuels**

*Utiliser pour moi-même
les techniques vocales,
les conseils en image,
mes propres ressources
pour gagner en aisance.*

**Jeudi 8 novembre
matin**

- **Trouver « son look »
pour préparer les
simulations d'entretiens**

**Vendredi 9 novembre
journée**

- **Simulations d'entretien
avec les employeurs**

**Vendredi 16 novembre
matinée**

- **Bilan de l'action**



En partenariat avec :

Octave & Thalie
TOUTES VOIX DEHORS

