

OSEZ ETRE VU-E ET ENTENDU-E

Maison
des compétences



**Du lundi 25
au vendredi
29 mars 2019**
Maison des compétences
à Lillebonne

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

Gratuit sur inscription

Programme détaillé
sur mdc-cauxseine.fr



Gratuit et ouvert à tous, inscription au 02 32 65 11 11
Accueil du lundi au vendredi de 8h15 à 18h, rue du Manoir à Lillebonne

Lundi 25 mars
matin

• **Présentation
de la semaine**

OSEZ ETRE VU-E ET ENTENDU-E



Lundi 25 mars
après-midi
et
mardi 26 mars
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 27 mars journée

• **Rendez-vous individuels**

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

Jeudi 28 mars
matin

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

Vendredi 29 mars
journée

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



Lundi 8 avril
matinée

• **Bilan
des ateliers**

En partenariat
avec :

Octave & Thalie
LEADERS WITH BEHIND



Gratuit et ouvert à tous, inscription au 02 32 65 11 11
Accueil du lundi au vendredi de 8h15 à 18h, rue du Manoir à Lillebonne