

OSEZ ETRE VU-E ET ENTENDU-E

Maison
des compétences



**Du mardi 11
au lundi
17 juin 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

Mardi 11 juin
matin

• **Présentation
de la semaine**

OSEZ ETRE VU-E ET ENTENDU-E



Mardi 11 juin
après-midi
et
mercredi
12 juin
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.

Jeudi 13 juin journée

• **Rendez-vous individuels**

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

Vendredi
14 juin matin

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

Lundi 17 juin
journée

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



Mardi 25 juin
matinée

• **Bilan
des ateliers**

En partenariat
avec :



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