



- ◆ Orientation
- ◆ Information
- ◆ Emploi
- ◆ Formation
- ◆ Contrat d'Engagement Jeune
- ◆ Vie pratique
- ◆ Santé



Contrat
d'Engagement
Jeune

Ouverts
à tous les
jeunes

Les ateliers

Nom du Conseiller(e) : _____

Notes : _____



MLJ Gard Rhodanien Uzège



mljbagnolssurceze



mlj-gard-rhodanien-uzège



Mission Locale
Gard Rhodanien Uzège
OCCITANIE

- ◆ Orientation
- ◆ Information
- ◆ Emploi
- ◆ Formation
- ◆ Contrat d'Engagement Jeune
- ◆ Vie pratique
- ◆ Santé

LE CEJ : Application mobile



SOMMAIRE



EMPLOI

Trouve ton métier	Page 1
Savoir réaliser son cv	Page 2
Lettre de motivation	Page 3
Préparation aux entretiens	Page 4
Simulation d'entretiens	Page 5
Savoir rechercher un emploi	Page 6
Créer et mettre à jour son profil de compétences	Page 7
Club emploi	Page 8

VIE PRATIQUE

La sécurité sociale et moi	Page 9
Trucs et astuces pour prendre un logement	Page 10
Budget	Page 11

SANTÉ

Alimentation & Cuisine	Page 12
Bilan de santé	Page 13

SANTÉ « CODES 30 »

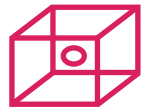
Connaissance de soi	Page 14
Alimentation, perturbateurs endocriniens	Page 15
Addictions / Vie affective et sexuelle	Page 16

SPORT

Sport	Page 17
Notes sur les ateliers	Page 18

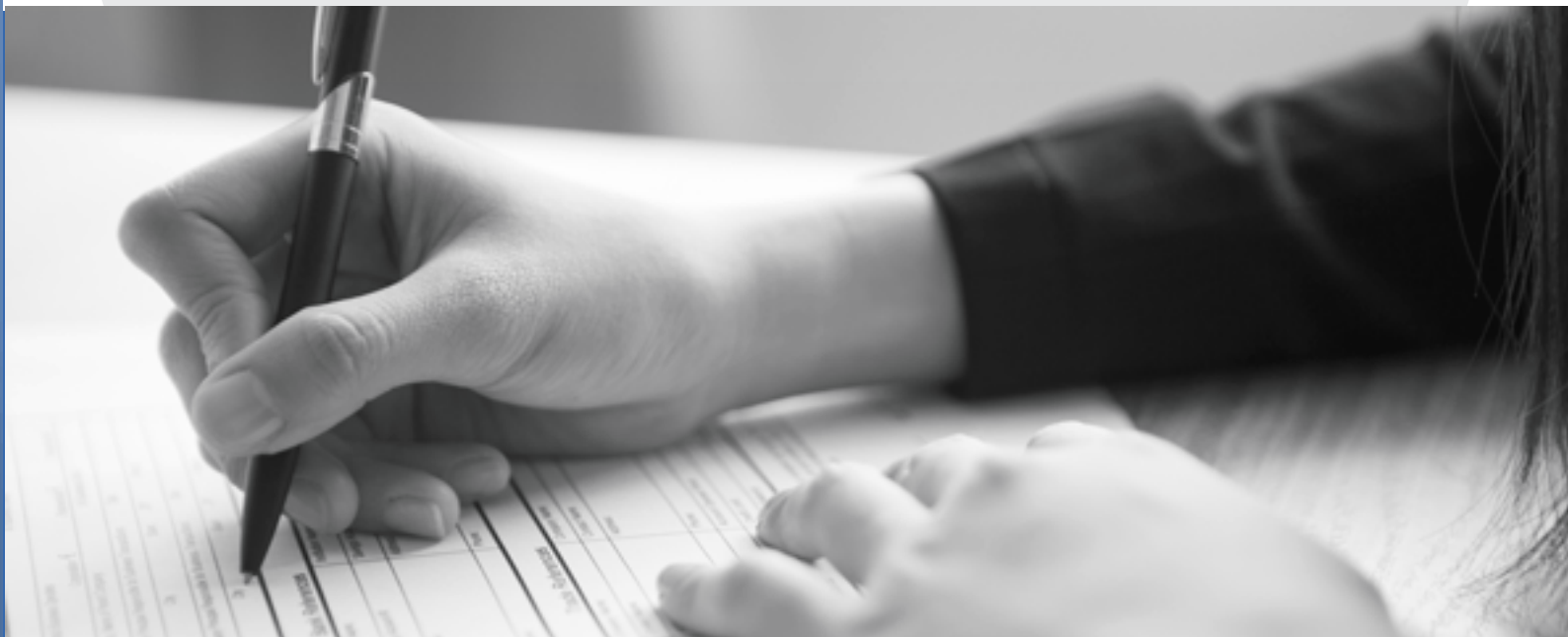
LES INCONTOURNABLES

Shaker 31	Page 19
PMSMP	Page 20
Erasmus +	Page 21
Parrainage	Page 22
Point écoute	Page 23
Les ateliers exceptionnels	Page 24



- Travailler sur la représentation des métiers
- Travailler sur les compétences, qualités, savoir-faire / être
- Effectuer un test de personnalité sur le site Klédou
- Manipuler les casques à réalité virtuelle
- Rendre compte de ce qui a été visionné

- Savoir rédiger un CV
- Savoir identifier les différentes rubriques du CV
- Comprendre l'importance du CV comme outil indispensable à la recherche d'emploi
- Être capable de créer un CV, l'adapter à une offre d'emploi





- Savoir identifier les différentes rubriques de la lettre de motivation
- Comprendre l'importance de la lettre de motivation comme outil indispensable à la recherche d'emploi
- Savoir rédiger une lettre de motivation



- Savoir se préparer à un entretien
- Savoir présenter son parcours
- Savoir répondre aux principales questions

- Savoir donner un langage non verbal valorisant
- Savoir détecter / conclure un entretien d'embauche





- Se mettre en situation d'entretien
- Obtenir des outils pour mieux gérer son stress
- Prendre connaissance des réactions possibles des employeurs



- Connaître les techniques de recherche d'emploi
- Comprendre l'importance d'effectuer des candidatures spontanées
- Être capable de consulter les offres d'emploi sur internet : pôle emploi, indeed...



01 Expliquer les outils et objectifs des 4 onglets de Pôle Emploi

02 Mettre à jour et / ou créer son profil de compétences



03 Créer et gérer un abonnement aux offres sur le site PE.fr



04 Se rendre visible des recruteurs



- S'informer sur le marché de l'emploi selon la recherche
- Acquérir une logique d'embauche côté employeur
- Bénéficier d'une méthodologie de recherche d'emploi
- Booster les opportunités

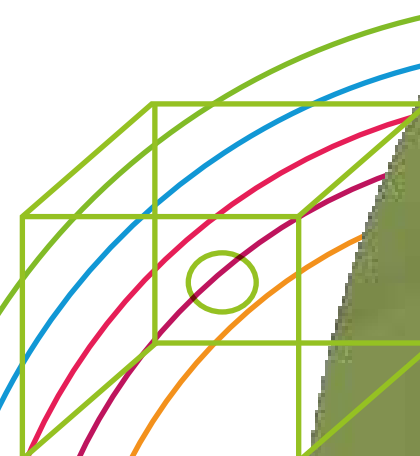


Se mettre en dynamique emploi

- Rendre le jeune acteur de sa santé
- Eviter les ruptures de droits
- Être capable d'effectuer les démarches administratives en lien avec sa santé
- Connaître les fonctionnalités du site Améli



- Connaître les démarches à effectuer pour rechercher un logement
- Connaître les aides auxquelles on peut prétendre lorsque l'on souhaite prendre un logement
- Connaître les fonctionnalités du site « CAF » + action logement.



- Savoir gérer son budget : dépenses fixes, dépenses courantes et dépenses occasionnelles
- Comment atteindre et garder un équilibre budgétaire
- Présentation de 2 applications pour vous aider
 - 01 Pilote budget : afin d'identifier le reste à vivre après le paiement des charges fixes et courantes
 - 02 Pilote dépenses : afin de suivre le budget en direct et à tout moment le solde disponible pour le mois en cours
- Présentation des points clés
 - 01 Ne jamais dépenser plus que ce que l'on gagne
 - 02 Organiser et prévoir ses dépenses
 - 03 Utiliser un tableur...



Vous avez des questions sur l'alimentation et la cuisine ?

Ces ateliers ont pour but de donner aux jeunes qui sont intéressés ou qui se questionnent sur l'alimentation des clés

- Pour se repérer dans les nombreuses informations contradictoires sur l'équilibre alimentaire et les habitudes alimentaires
- Discuter et débattre des bons plans pour faire ses courses moins chères
- Choisir un plat à préparer ensemble et le ramener et le déguster chez soi
- Ces ateliers sont animés par une diététicienne





Dans le cadre du bilan de santé, les jeunes sont accompagnés à la CPAM d'Alès pour réaliser différents examens :

- Dentiste
- Electrocardiogramme
- Examen de la vue
- Examen de l'ouïe
- Prise de sang
- Consultation avec un médecin généraliste
- Entretien avec le service administratif pour une mise à jour du dossier + info CMU / carte vitale...



CODES 30

Séance 1

Travailler la découverte des compétences :
Parcours des compétences psychosociales
composé de 4 ateliers ludiques :

- Jeu de plateau
- Quizz
- Crayon coopératif...



Permettant de travailler :

- 01 La communication
- 02 L'argumentation et la prise de décision
- 03 La gestion des émotions
- 04 La confiance en soi

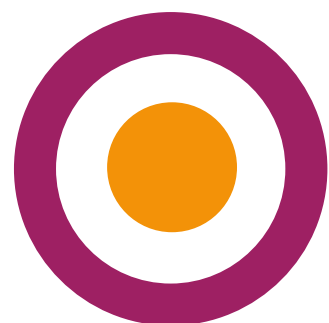




Travailler sur la mise en place des compétences via des thématiques de santé : alimentation, perturbateurs endocriniens

Contenu séance :

- Jeu de plateau autour de l'alimentation
- Jeu autour du nombre de sucre et quantité d'huile présent dans les produits consommés par les jeunes
- Quiz en ligne (Kahoot) pour parler des perturbateurs endocriniens
- Travail sur les emballages alimentaires pour les étiquetages



Travailler sur la mise en place des compétences via des thématiques de santé addictions / vie affective et sexuelle

Atelier débat autour des addictions

- Blind test sur les addictions avec ou sans substances
- Travail sur les planches anatomiques
- Tour de table des idées autour des moyens de contraception
- Présentation des différents moyens de contraception via la mallette contraceptive du CODES
- Jeu sur les idées reçues sur les IST





La Mission Locale Gard Rhodanien Uzège propose aux jeunes des activités sportives 1 fois tous les quinze jours

- Sports collectifs
- Randonnées
- Ateliers de cardio
- Renforcement musculaire
- Escalade
- Futsal
- Boxe



Les offres d'emploi sur notre territoire



LE COCKTAIL DE JOBS

À TÉLÉCHARGER

SANS MODÉRATION

Application "SHAKER TRENTE ET UN"

04 66 89 09 34



@missionlocalejeunesbagnolssurceze



@mljbagnolssurceze

www.mlj-gardrhodanien.com/

La PMSMP est un "stage" qui me permet de découvrir un métier.

C'est quoi ?

- Cette convention vous permet de vous confronter à une situation réelle de travail pour :
 - Découvrir un métier ou un secteur d'activité
 - Confirmer un projet professionnel
 - Initier une démarche de recrutement.

C'est pour qui ?

- Pour tous les jeunes inscrits à la Mission Locale en réflexion sur un métier ou une nouvelle orientation professionnelle.

Comment ?

- La PMSMP doit être prescrite par la Mission Locale en accord avec votre conseiller.

Quelle durée ?

- La PMSMP dure de 1 jour à 1 mois maximum. Vous pouvez l'effectuer à temps plein ou à temps partiel. Vous pouvez aussi effectuer plusieurs PMSMP.
- Pour les mineurs, une autorisation doit être signée par le représentant légal.

Bon à savoir !

- Vous ne changez pas de statut en réalisant une PMSMP. L'employeur vous accueille mais ne vous rémunère pas. Un tuteur est désigné pour vous accompagner.

Qui peut m'aider ?

- Votre conseiller Mission Locale vérifiera et validera avec vous la pertinence du stage. Une fois la structure d'accueil identifiée, une convention est signée entre vous, l'entreprise et la Mission Locale. La convention définit précisément les objectifs de la PMSMP.

" PARTIR POUR MIEUX REVENIR "

avec la Mission Locale Jeunes
(18-25 ans)



- Voyage aller-retour ;
- Transport local ;
- Hébergement ;
- Pass culture ;
- Formation au départ ;
- Cours d'anglais ;
- Initiation à la langue du pays ;
- Tutorat sur place...

Vous voulez découvrir un autre pays Européen et vivre une expérience professionnelle de 4 semaines !

«Boostez» votre embauche avec la
MISSION LOCALE JEUNES 16 à 25 ans

Contrat
d'Engagement
Jeune

MARRAINAGE & PARRAINAGE

- › Faciliter vos démarches
- › Construire ensemble
- › Mettre en relation



OBJECTIFS

- › Créer un «Booster» de l'emploi
- › Apporter à un jeune en recherche d'emploi, les conseils et le soutien d'une personne bénévole.

● FILLEUL-E

● CE QUE VOUS APPORTE VOTRE MARRAINE OU VOTRE PARRAIN

- › Une meilleure confiance dans vos capacités
- › La révélation de vos potentialités
- › Une meilleure compréhension du monde du travail
- › Un changement de regard sur le monde professionnel
- › Un levier supplémentaire à votre recherche d'emploi
- › Une aide organisationnelle et méthodologique

C'est quoi ?

■ C'est un espace de parole ouvert à tous.tes, qui permet d'exprimer ses problèmes, blocages ou questionnements. C'est également un espace de droit de silence aussi car vous êtes maître de ce qui se dit ou ne se dit pas. Vous rencontrerez alors une psychologue et les entretiens seront confidentiels.

Un psychologue, c'est quoi ?

■ C'est un professionnel de la santé mentale qui est formé à l'évaluation de certaines problématiques concernant la pensée, les sentiments ou les comportements.

De quoi est-ce que vous pouvez parler ?

- De tout car c'est un espace où il n'y a aucun tabou.
- Il sera possible d'aborder des problématiques **familiales, sociales, personnelles, relationnelles, professionnelles, de blocages** (freins à l'emploi, permis, projet professionnel etc.) mais aussi des questions sur **la vie affective** ou d'autres sujets qui vous questionnent et dont vous avez envie de parler.
- Si vous rencontrez également des **difficultés d'estime et/ou de confiance en soi**, le Point Ecoute peut vous accompagner sur ces problématiques. Il est alors nécessaire de prendre conscience qu'il est nécessaire d'être volontaire afin d'initier le changement et la psychologue pourra vous accompagner dans ce cheminement qui est le vôtre...

- Les préparations aux “ Jobs saisonniers ”
- Les préparations aux “ Jobs Dating Intérim ”
- Faire sa déclaration d'impôts
- Ateliers autour de la sécurité routière

