



JOB AIRLINE

La compagnie qui accompagne

www.jobairline.fr

Depuis 1989, Contact-Plus se consacre exclusivement à l'insertion professionnelle des demandeurs d'emploi avec une compétence particulière pour les personnes en difficulté sociale. L'action Job Airline propose souplesse et adaptation par l'association de différents modules en concertation avec nos clients selon les publics (champ professionnel, social, relationnel, santé...).

Nos ateliers de développement personnel permettent d'améliorer l'estime, la confiance et l'image de soi afin de restaurer toute l'énergie nécessaire pour chercher un emploi de façon dynamique.

Nos ateliers de développement professionnel vous outilleront afin de vous préparer au monde du travail, rechercher et répondre à des offres d'emploi adaptées ou vous permettre d'entrer en formation qualifiante.

Nous sommes à votre disposition pour échanger avec vous sur les modalités de réalisation de nos prestations en fonction de vos attentes.

Stéphane MATHIEU

Directeur

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Se familiariser avec le monde du travail pour être capable de construire sa candidature et postuler.

(Thématiques soumises à leur pertinence sur le bassin d'intervention)

PUBLIC VISÉ

Les demandeurs d'emploi et les bénéficiaires des prestations sociales

PROGRAMME DE LA FORMATION

DURÉE

8 x 2 heures 30

EFFECTIF

10 personnes maximum

PRÉ-REQUIS

Comprendre et s'exprimer en français

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

Séances thématiques
Présentation théorique
Exercices de mise en pratique
Documentation

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Productions de documents
Démarches d'emploi

MOYEN DE SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence

Première thématique : le CV

- Mise à jour et modification
- Présentation des différentes plateformes en ligne

Deuxième thématique : la lettre de motivation

- Son utilité
- La rédiger

Troisième thématique : la recherche d'offres

- Les différentes plateformes en ligne
- La candidature spontanée
- Répondre aux offres en ligne
- Rencontre avec les conseillers Relais Entreprise de CONTACT PLUS

Quatrième thématique : l'entretien d'embauche

- Le préparer
- Les questions
- La posture
- Argumenter et prouver sa motivation
- Simulation d'entretien volontaire

Cinquième thématique : questions diverses

- La cartographie des entreprises locales
- Information sur la législation du travail temporaire
- Le statut de demandeur d'emploi ou bénéficiaire du rSa
- Les codes de l'entreprise

Sixième thématique : le bénévolat

- Rencontre avec l'Ambassadeur du bénévolat

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Mieux se connaître pour se présenter et se valoriser efficacement au quotidien, notamment dans le milieu professionnel.

PUBLIC VISÉ

Les demandeurs d'emploi et les bénéficiaires des prestations sociales

DURÉE

3 x 2 heures

EFFECTIF

10 personnes maximum

PRÉ-REQUIS

Comprendre et s'exprimer en français
(oral et écrit)

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

Apports théoriques
Activités ludiques de réflexion
Diaporama projeté
Échanges de groupe

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Échanges de groupe
Productions à l'issue d'exercices

MOYEN DE SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence

PROGRAMME DE LA FORMATION

Première séance : Mon parcours

- Présentation de l'atelier
- Échange sur leurs situations actuelles à partir du photo langage
- Questionnement sur leurs parcours
- Échange sur le projet professionnel à venir à partir du photo langage

Deuxième séance : La communication

- Échanges sur leurs situations actuelles à partir du photo langage
- Définition de la communication (brainstorming)
- Exercices de communication non verbale

Troisième séance : L'estime de soi

- Échanges sur leurs situations actuelles à partir du photo langage
- Exercices de présentation par des techniques de portrait
- Construction d'un outil de présentation
- Échange sur le projet professionnel à venir à partir du photo langage

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Être capable d'identifier les différents aspects de la santé dans un environnement de travail (maladies professionnelles, prévention, etc.), les démarches qui y sont liées et l'utilisation informatique du site Ameli.fr

PUBLIC VISÉ

Les demandeurs d'emploi et les bénéficiaires des prestations sociales

LA SANTE AU TRAVAIL

DURÉE

3x2 heures

EFFECTIF

10 personnes maximum

PC PLUS

DURÉE

2 groupes de 3 heures

EFFECTIF

3 personnes par groupe

PRÉ-REQUIS

Comprendre et lire le français

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

Présentation théorique
Échanges de groupes
Exercices en groupes
Escape game pédagogique

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Questions-réponses
Exercices de mise en pratique

MOYEN DE SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence

PROGRAMME DE LA FORMATION

La Santé au Travail

Première séance

- Notion de santé au travail
- Définition de ses différentes composantes en groupes de travail (maladie professionnelle, TMS, gestes et postures, prévention, accident du travail, bien-être, etc.)
- Identification des acteurs institutionnels
- Présentation des démarches liées à la santé en milieu professionnel (non exhaustives)
- Echanges de groupe et questions-réponses pendant la séance

Deuxième séance

- Informations sur les droits et démarches à effectuer auprès de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM)

Troisième séance

- Présentation des modalités de mise en pratique
- Mise en place de la situation
- Réalisations des différents ateliers ludiques
- Bilan en groupe

PC PLUS

Quatrième séance

- Initiation à l'outil numérique par le biais du site Ameli.fr

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Mieux comprendre le fonctionnement de la Sécurité Sociale pour être capable de mener les démarches adéquates auprès des institutions, en fonction de sa situation.

PUBLIC VISÉ

Les demandeurs d'emploi et les bénéficiaires des prestations sociales

DURÉE

1x2 heures

EFFECTIF

10 personnes maximum

PRÉ-REQUIS

Comprendre et s'exprimer en français

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

Présentation d'un diaporama

Échanges en groupe

Distribution d'une documentation

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Questions-réponses tout au long de l'atelier

MOYEN DE SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence

PROGRAMME DE LA FORMATION

Définition de la Sécurité Sociale française

- Confrontation des représentations individuelles
- Visionnage d'une vidéo officielle
- Construction du schéma des institutions

Présentation d'un diaporama thématique (santé, logement, etc.)

- Liste des droits (non exhaustive)
- Point sur les démarches administratives liées
- Rappel des devoirs résultants (non exhaustifs)

Questions réponses

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Être capable d'identifier les éléments composant un budget et de construire le sien.

PUBLIC VISÉ

Les demandeurs d'emploi et les bénéficiaires des prestations sociales

DURÉE

1x2 heures

EFFECTIF

10 personnes maximum

PRÉ-REQUIS

Comprendre et s'exprimer en français

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

Échanges de groupe

Cas pratique

Distribution d'un outil

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Questions-réponses et exercice de mise en pratique

MOYEN DE SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence

PROGRAMME DE LA FORMATION

La notion de budget

- Les éléments qui le composent (ressources, dépenses, charges, etc.)
- Échanges d'expériences

Théorie sur la construction d'un budget

La notion de reste à vivre et ses implications

Simulation de budget

- Présentation de la situation
- Échanges de propositions des groupes
- Présentation d'un outil de gestion

Questions réponses

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Être capable d'identifier et comprendre les étiquettes mais aussi les éléments composant l'équilibre alimentaire et de mettre en pratique l'élaboration de menus équilibrés au quotidien.

PUBLIC VISÉ

Les demandeurs d'emploi et les bénéficiaires des prestations sociales

DURÉE

3 x 2 heures

EFFECTIF

10 personnes maximum

PRÉ-REQUIS

Comprendre, lire et s'exprimer en français

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

Ateliers théoriques suivis
de mise en pratique
Supports visuels
Distribution de documentation

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Synthèses différées
Exercices de mise en pratique

MOYEN DE SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence

PROGRAMME DE LA FORMATION

Première séance : l'équilibre alimentaire

- Découverte des Familles d'Aliments
- Équilibre à travers la Pyramide alimentaire
- Transposition dans le quotidien

Deuxième séance : comprendre les étiquettes alimentaires

- Que trouve-t-on sur un emballage ?
- Ingrédients -Additifs alimentaires
- Analyse nutritionnelle - glucides et sucres.
- Classification NOVA - Aliments ultra-transformés

Troisième séance : mise en pratique

- Information sur le coût et les adaptations en situation d'emploi
- Réalisation d'une recette salée
- Comment quantifier les sucres dans certains aliments.
- Vrai – Faux de la diététique à travers certaines idées reçues

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Pratiquer une activité physique pour améliorer son bien-être, ses compétences sociales, et devenir proactif au quotidien et en emploi

PUBLIC VISÉ

Les demandeurs d'emploi et les bénéficiaires des prestations sociales

DURÉE

8 x 1 heure 30

EFFECTIF

10 personnes maximum

PRÉ-REQUIS

Comprendre et s'exprimer
en français (oral et écrit)

ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

Apports théoriques
Activités de pratique sportive

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Échanges de groupe
Réussite aux exercices proposés

MOYEN DE SUIVI DE LA FORMATION

Feuille de présence

PROGRAMME DE LA FORMATION

Première séance : Accueil

- Présentation de l'atelier (cadre, règles, sécurité ...)
- Bilan physique initial des participants

Deuxième à quatrième séances : Mise en place des activités

- Présentation des consignes et du matériel des différentes activités composant les parcours de pratique physique
- Enrichissement progressif avec de nouvelles modalités
- Construction de la cohésion de groupe
- Travail sur les compétences sociales et la gestion des émotions

Cinquième à huitième séances : Intensification des parcours

- Réitération des activités mises en place avec intensification
- Introduction à la notion et développement de la résistance à l'effort des participants
- Information sur les apports (humeur, bien-être, stress) d'une pratique physique au quotidien et en emploi (TMS), sur le corps et le mental
- Bilan physique final des participants
- Retour sur les apports de l'atelier



DEMANDE DE DEVIS :

Raison sociale :

Coordonnées Client :

SIRET :

Contact :

OBJET : ACTION DE FORMATION JOB AIRLINE

MODULES	QUANTITE
Elaboration du projet professionnel et recherche d'emploi	
Coaching mental et gestuel	
Nutrition	
Valoriser son image professionnelle	
Le Plus Santé	
Vie sociale	

PERIODE SOUHAITEE : du au

NOMBRE DE STAGIAIRES :

LIEUX D'INTERVENTIONS :

AUTRES DEMANDES PARTICULIERES :

La réception de votre devis donnera lieu à un appel téléphonique afin de fixer RDV et préciser les modalités et le coût de l'action de formation.

Date et heure souhaitée pour la prise de contact :

Suite à cette rencontre un devis vous sera proposé préalablement à la signature d'une convention d'exécution.