

DEFIS

Dynamique, Emploi, Femmes, Indépendantes, Solidaires



2 sessions annuelles d'accompagnement vers l'emploi

Un accompagnement personnalisé

Prendre confiance en soi

Les femmes ont de multiples raisons pour ne pas avoir confiance en elles, des parcours de vie marqués par des violences, des discriminations, l'intériorisation d'une éducation reproduisant des stéréotypes sexistes, le plafond de verre etc. Notre action a pour objectif la restauration de l'image de soi ainsi que la reprise de confiance en ses capacités.

Identifier et valoriser ses compétences

Bien cerner ses compétences est une étape essentielle dans la construction de son projet professionnel. A travers différents exercices, chaque participante élabore son portefeuille de compétences et apprend à les valoriser.

Travailler son projet professionnel

Chaque femme bénéficie d'un accompagnement pour définir un projet qui lui ressemble, selon ses possibilités et en lien avec les impératifs du métier et son environnement

Travailler les outils techniques

Pour apprendre à réaliser son CV, faire une lettre de motivation, se servir d'internet efficacement etc. Une salle informatique est à la disposition des participantes et des intervenantes.

Connaitre ses droits

Le code du travail, les lois concernant les violences et discriminations.

Chaque session est ponctuée d'évènements en plus des ateliers collectifs et entretiens individuels:

- participation à des salons professionnels
- ateliers d'information sur les droits dans le monde du travail
- réunions de travail auprès des partenaires

Des ateliers collectifs

Ateliers TRE – 18h

Pour travailler CV, lettre de motivation, cartes de visites, optimiser internet pour sa recherche d'emploi
6 ateliers de 3h00

Ateliers élaboration du projet professionnel – 18h

Les participantes selon leur situation, définissent, affinent, valident leur projet.
6 ateliers de 3h00

Ateliers théâtre – 12h00

Exercices pour travailler sa posture, le placement de sa voix, sa relation aux autres, gérer son stress, préparer ses entretiens d'embauche.
6 ateliers de 2h00

Ateliers conduites et relations au travail – 12h00

Pour apprendre à gérer son stress, gérer des conflits, améliorer sa communication, comprendre l'impact des violences et discriminations dans le domaine de l'emploi, avoir des informations sur la prévention du burn-out.
6 séances de 2h00

Réunions collectives de suivi

Après la session, des réunions mensuelles de suivi sont mises en place pour sécuriser le retour à l'emploi des participantes.

Des entretiens individuels (selon les besoins)

Des entretiens individuels à la carte selon les besoins des participantes auprès de la chargée de mission emploi.
Une permanence d'1 heure par semaine pour les entretiens individuels avec la psychologue du travail.

➔ Pré requis : - avoir une solution de garde pour les enfants - avoir un titre de séjour – savoir lire et écrire le français



La Maison des Femmes de Paris vous présente

DEFIS 2016

Dynamique, Emploi, Femmes, Indépendantes, Solidaires

Session d'accompagnement vers l'emploi spécifique pour les femmes

Prochaine session du 02 mai 2016 au 08 juillet 2016

Réunion d'information et d'inscription :

**Lundi 25 avril 2016 de 10h00 à 12h00 dans les locaux de la
Maison des Femmes de Paris**

Contact :

Maison des femmes de Paris

163, rue de Charenton

75012 Paris

01.43.43.41.13

mdfparisemploi@orange.fr