

Lundi 03
10h à 11h30

Santé et emploi : mon équilibre de vie

- Faire le point sur son équilibre de vie
- définir des actions concrètes pour concilier bien-être personnel et projet professionnel

Mardi 04
10h à 12h

Communiquer avec efficacité au travail

- Initiation à la Communication Non Violente (CNV)
- Apprendre à exprimer ses besoins avec clarté et bienveillance

Mercredi 05
9h30 à 12h00

Gestion du stress pour un bien-être au travail

- Comprendre le mécanisme du stress
- Apprendre à mieux gérer les situations stressantes

Jeudi 06
10h à 12h

Accident : parlons-en sans prise de tête !

- AVC, coma, maladie neuro : qu'est ce que la cérébro lésion ?
- Échanges et témoignages

**Animé par
l'association LCCV**

Vendredi 07
10h à 12h

Comment parler de mon handicap ?

- Faut il l'indiquer sur son CV ? Comment l'aborder face à un employeur ?
- Conseils et échanges

Mercredi 19
9h30 à 12h

Mes valeurs personnelles et professionnelles

- Savoir identifier vos valeurs afin de mieux orienter votre projet professionnel
- Visualiser concrètement vos objectifs de vie

Vendredi 21
10h à 12h

Se présenter quand les interactions sociales sont un défi

Destiné aux personnes avec un profil
autistique

- Échangez vos expériences et explorez des façons simples de vous présenter en entretien
- Repartez avec des clés pour exprimer qui vous êtes

Mercredi 26
9h30 à 12h

Handicap et emploi : les clés de ma réussite

- Informations utiles pour accéder à l'emploi en tant que Travailleur Handicapé
- Échanges et conseils

