

Lundi 05

9h30 à 11h30

Comment parler de mon handicap ?

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

Mardi 06

14h à 17h

Duoday : une journée en entreprise

- Vous souhaitez découvrir un métier, une entreprise, élargir votre réseau ?
- Présentation de l'action Duoday 2026 et aide individuelle à l'inscription

Mercredi 07

10h à 11h30

Incertitudes et emploi : j'apprends à gérer mon stress

- Comment mieux vivre cet état ?
- Conseil et exercices mis en pratique

Animé par
une enseignante
de méditation

Vendredi 09

9h30 à 12h

Émotion et emploi

- Comprendre le fonctionnement de vos quatre émotions primaires
- Faire de ces émotions une force pour votre recherche d'emploi

Lundi 12

10h à 12h

Être bien dans ma tête pour me préparer à l'emploi

- Prendre un temps pour soi, pour souffler, se reconnecter à ses ressources
- Avancer à son rythme vers un projet professionnel qui a du sens

Animé par
une sophrologue

Mardi 13

9h30 à 12h

Emploi, AAH et France Travail : comprendre simplement

- Mieux comprendre le calcul de mon AAH en fonction de ma situation
- Échanges avec deux conseillers CAF référents handicap et AAH

Animé par
des conseillers CAF

Mercredi 14

14h à 17h

Duoday : une journée en entreprise

- Vous souhaitez découvrir un métier, une entreprise, élargir votre réseau ?
- Présentation de l'action Duoday 2026 et aide individuelle à l'inscription

Mardi 20

9h à 12h

Dompter son cerveau pour booster sa recherche d'emploi

- Gérer son énergie et mieux planifier ses objectifs
- Gagner en efficacité sur sa recherche d'emploi

Animé par un
neuropsychologue

Mercredi 21

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

Mercredi 21

14h à 17h

Duoday : une journée en entreprise

- Vous souhaitez découvrir un métier, une entreprise, élargir votre réseau ?
- Présentation de l'action Duoday 2026 et aide individuelle à l'inscription

Vendredi 23

9h30 à 12h

Je change de métier : par où commencer ?

- Qu'est-ce qu'une reconversion professionnelle ?
- Comprendre les étapes de votre parcours

Mercredi 28

14h à 17h

Duoday : une journée en entreprise

- Vous souhaitez découvrir un métier, une entreprise, élargir votre réseau ?
- Présentation de l'action Duoday 2026 et aide individuelle à l'inscription

JOB DATING

Entreprise Adaptée
OPTIMIS'T

Métiers de la logistique

Vendredi 30
à 9h30

