

Mardi 01

14h à 16h

Comment parler de mon handicap ?

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

FOCUS MÉTIER

Les concours de la
Fonction Publique

**Mercredi 16
à 9h30**

Mercredi 02

14h à 16h

Alternance, et pourquoi pas moi ?

- Quel parcours de formation adapté existe-t-il ?
- Quels sont les aménagements possibles ?

Vendredi 04

9h30 à 12h

Gestion du stress pour un bien-être au travail

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

FOCUS MÉTIER

Perfect Beauty
Métiers de
l'esthétique

**Mercredi 23
à 10h**

Lundi 07

10h 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

Mercredi 09

10h à 12h

Communiquer avec efficacité au travail

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

Mardi 15

9h30 à 12h30

Mon Assurance Maladie et moi

- S'informer sur l'accès aux droits de la CPAM
- Point individuel sur votre dossier

Animé par
un conseiller CPAM

Vendredi 18

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

Lundi 21

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

Mercredi 23

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

Lundi 28

9h30 à 12h

Handicap et senior : j'ai toutes mes chances !

- Atelier réservé aux personnes de + de 50 ans
- Présentation des atouts d'une candidature "sénior"

FOCUS MÉTIER

Mairie de Toulouse
Toulouse Métropole

**Mercredi 30
à 14h**