



## «Tremplin carrière»

### VOUS ÊTES

- Demandeur d'emploi de plus de 50 ans
- A la recherche d'un emploi ou désirant créer votre emploi
- Disponible à temps plein

### VOUS SOUHAITEZ

- (Re) valoriser vos compétences et augmenter votre confiance en soi
- Mieux comprendre les attentes du marché du travail
- Redynamiser sa recherche d'emploi
- Retrouver un emploi en CDI ou en CDD d'au moins 6 mois

### A LA FIN DE LA FORMATION, VOUS AUREZ LES CAPACITÉS DE

- Revaloriser vos outils de recherche d'emploi (CV, lettre de motivation, ...)
- Développer vos capacités de communication
- Mettre en place une stratégie de recherche d'emploi adaptée à vos objectifs

## CONTENU DE LA FORMATION

- S'informer sur les droits et mesures spécifiques aux seniors : interventions de Pôle Emploi, cumul emploi/retraite, droits/devoirs
- Bénéficier de techniques de prospection directe des entreprises
- Revaloriser ses outils de recherche d'emploi (CV, lettre de motivation, carte de visite ...)
- Participer à des ateliers sur les nouveaux outils de recherche d'emploi
- Développer sa capacité de communication : jeux de rôle, techniques de l'expression écrite et orale, préparation aux entretiens d'embauche
- Mettre en place une stratégie de recherche d'emploi adaptée à ses objectifs
- Activer ses réseaux de connaissances via les réseaux sociaux
- Effectuer des missions en entreprise afin de valider son profil, de se faire connaître, de se créer de nouveaux réseaux
- Retrouver un emploi, se lancer dans un projet de création validé

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Accompagnement en présentiel
- DES ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUELS : à raison de 7 entretiens individuels
- DES SEANCES COLLECTIVES : 13 demi-journées dont 2 optionnelles
- 2 accompagnateurs/formateurs pour bénéficier d'un regard croisé
- Pédagogie interactive et dynamisante lors des collectifs

## ÉVALUATION ET VALIDATION DE LA FORMATION

- Une évaluation finale en individuel
- Une évaluation collective en présence de Pôle Emploi

## INFORMATIONS PRATIQUES

- **Durée du parcours, rythme et dates** : En fonction d'un calendrier prédéfini, soit 1 à 2 séances de travail par semaine pendant 3 mois
- **Nombres de place** : 8 à 12 personnes par groupe
- **Dates** : Selon programmation
- **Accès** : Bus, parking voiture à 10 minutes à pied
- **Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite**
- **Inscription** : Apprès de votre conseiller Pôle Emploi
- **Tarif** : Prestation financée par Pôle Emploi
- **Lieu** : CEFORA - 20 rue du 14 juillet 07300 TOURNON-SUR-RHÔNE  
CEFORA - 116 rue Marc Seguin GUILHERAND-GRANGES
- **Renseignements** : CEFORA 04 75 06 31 99 - [communication@cefora.org](mailto:communication@cefora.org)

