

« ACTION CAP PROJETS »

Une démarche active et progressive vers la construction de projets réalisables

Fiche action partenaires

Organisateur	Association Oxygène – 29 quai Richelieu – 33000 Bordeaux Tel 05 56 96 96 63 – oxygene.asso@wanadoo.fr
Partenaire financier	Département de la Gironde
Prescripteurs	MDS – CCAS – PLIE – Mission Locale – Pôle Emploi – Associations d’insertion
Publics	BRSA - Allocataires ARE – Allocataires ASS
Objectif général de l’action	<p>Remobilisation vers des projets de vie et professionnels :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Accompagner la personne dans son désir de changement -Travailler la confiance en soi et la gestion des émotions -Activer la mobilité, mieux connaître l’environnement -Elaborer des projets personnels et/ou professionnels en se fixant des objectifs réalistes vers le retour à l’activité -Favoriser l’autonomie de la personne lui permettant de mener à bien les démarches nécessaires à son projet professionnel -Soutenir la concrétisation des projets : inscription dans des formations, orientation vers des chantiers d’insertion, mise en situation dans des entreprises, soutien numérique, proposition de bénévolat au sein d’Oxygène
Structures partenaires	<ul style="list-style-type: none"> -<u>La Cravate Solidaire</u> : aide aux entretiens d’embauche / appropriation des codes de l’entreprise / conseils de présentation vestimentaire et coaching -<u>France Horizon</u> : chantier d’insertion / présentation d’ateliers d’adaptation à la vie active -<u>Le Livre Vert</u> : chantier d’insertion / collecte et recyclage de livres -<u>Association Optimisation Mémoire</u> : apprendre à travailler sa mémoire, comprendre et optimiser son potentiel, créer les conditions du bien-être au travail -<u>Alternatives urbaines</u> : « devenir éclaireur urbain » : outil de remobilisation par le biais d’organisation et de réalisation de balades -<u>Le CIAP</u> : « Bordeaux patrimoine mondial » Découvertes culturelles et exposés par des conférenciers professionnels -<u>Le TNBA</u> : visite sur site pour faire découvrir des métiers associés aux spectacles

Objectifs pour la personne	<p>Désir de changement La personne est dans une démarche de changement</p> <p>Elle souhaite :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aller vers une nouvelle dynamique (retrouver un rythme de vie, des repères) - Rencontrer d'autres personnes - Participer à une action collective - Bénéficier d'un accompagnement professionnel avec une écoute bienveillante - Retrouver confiance et estime de soi - Elaborer des projets vers l'activité en s'appuyant sur des savoir-faire professionnels et des outils 												
Contenu pédagogique	<p>Elaboré en quatre modules complémentaires, formant un tout :</p> <p>Module 1 - Redynamisation – Accompagnement au changement et à la mise en place de projets orientés vers la vie active</p> <p>Module 2 - Relaxation – Gestion des émotions et stress</p> <p>Module 3 – Repérage lieux-ressources favorisant l'échange avec des professionnels et autour des métiers</p> <p>Module 4 – Suivi insertion pro – Accompagnement vers des projets de formations et ou professionnels</p>												
Intervenants Equipe Oxygène	<p>Module 1 – Annie ARNAUD, psychologue du travail, auto entreprise</p> <p>Module 2 – Sandrine PHILIP, intervenante en développement personnel, association Arthéra</p> <p>Module 3 – Christel MANZANO, coordinatrice de l'action CAP PROJETS, association Oxygène</p> <p>Module 4 – Cristina SIX, Conseillère en évolution professionnelle, auto-entreprise</p>												
Durée de l'action	<p style="text-align: center;">6 semaines</p> <p><u>Réunion mi-parcours :</u> Réunion « mi-parcours » Intervenants 14h – 16h - Oxygène quai Richelieu 2 h</p> <p><u>Fin de l'action:</u> Réunion bilan avec les publics et les référents 10h – 12h - Oxygène quai Richelieu 2 h</p> <p><u>Modules (cf. le calendrier de l'action en cours)</u></p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Module 1 : 4 séances de 3 h :</td> <td style="text-align: right;">12 h</td> </tr> <tr> <td>Module 2 : 6 séances de 2 h :</td> <td style="text-align: right;">12 h</td> </tr> <tr> <td>Module 3 : 6 séances de 2.5 h :</td> <td style="text-align: right;">15 h</td> </tr> <tr> <td>Module 4 : 3 séances de 2.5 h :</td> <td style="text-align: right;">7.5 h</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">-----</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">TOTAL 50.5 h</td> </tr> </table>	Module 1 : 4 séances de 3 h :	12 h	Module 2 : 6 séances de 2 h :	12 h	Module 3 : 6 séances de 2.5 h :	15 h	Module 4 : 3 séances de 2.5 h :	7.5 h		-----		TOTAL 50.5 h
Module 1 : 4 séances de 3 h :	12 h												
Module 2 : 6 séances de 2 h :	12 h												
Module 3 : 6 séances de 2.5 h :	15 h												
Module 4 : 3 séances de 2.5 h :	7.5 h												

	TOTAL 50.5 h												