



Association loi 1901  
Agréée Jeunesse et Éducation populaire  
n° 94J322, agréée Académie de Paris  
Agréée Entreprise Solidaire d'Utilité Sociale  
Organisme de formation n°11940880594  
SIRET : 394 282 859 00039

# Elles osent !

LES CLES POUR ENTREPRENDRE  
ET REUSSIR SON PROJET PROFESSIONNEL

UNE FORMATION À DESTINATION DES FEMMES DES QUARTIERS POPULAIRES  
DE CRETEIL

## LIEU DE LA FORMATION :

**MJC Madeleine Rebérioux**  
27 av. F. Mitterrand, Créteil  
(+ autres lieux possibles : MJC  
Mont-Mesly, Médiathèque...)

**ACCESSIBLE PMR**

## Accès par les transports

## EFFECTIF :

1 groupe de 10 personnes (ce  
chiffre peut varier selon les normes  
sanitaires en vigueur à la date de  
démarrage)

## DURÉE :

21 jours

## DATES :

**Septembre 21** : 20, 21, 23, 24,  
27, 28, 30

**Octobre 21** : 4, 5, 7, 8, 11, 12,  
14, 15, 18, 19, 21, 22

## HORAIRES :

10h-12h30 / 13h30-15h30 la 1<sup>ère</sup>  
semaine, puis 9h30-12h30 /  
13h30-15h30

## MODALITÉS FINANCIÈRES :

Formation gratuite et non  
rémunérée.  
Prise en charge à 100%.

## CANDIDATURE ET CONTACT :

Envoyer la fiche de candidature à :  
**Anna HUCHET**  
[ahuchet@creationsomnivores.com](mailto:ahuchet@creationsomnivores.com)  
01 48 84 90 52 / 07 49 42 73 66

## Créations omnivores

5 rue Auguste Franchot  
94 600 Choisy-le-Roi

[www.creationsomnivores.com](http://www.creationsomnivores.com)

## Pour s'inscrire en ligne :



## Objectifs pédagogiques :

Durant cette formation, chaque stagiaire sera amenée à :

- Dépasser ses freins :
- Améliorer son expression orale, sa communication
- Se préparer à la formation ou l'emploi :
  - Découvrir différents métiers et rencontrer des professionnelles inspirantes
  - Développer la connaissance de l'environnement professionnel visé
  - Acquérir les codes et les postures de l'entreprise
- Acquérir les outils pour être autonome dans ses démarches de recherche d'emploi
- Se sentir capable de passer d'une idée à un projet en fin de formation

## Public visé :

Femmes de 18 à 31 ans, inscrites au PRIJ, ou habitant les quartiers prioritaires de la politique de la ville ou les quartiers de veille.

*Remarque : les candidatures des femmes habitant les QPV seront prioritaires mais toutes les candidatures seront examinées.*

## Pré-requis :

- Être motivée
- Avoir entre 18 ans et 31 ans
- Avoir l'envie de clarifier son projet professionnel ou avoir déjà une idée de projet professionnel
- Savoir lire et écrire en français et avoir une expression orale et écrite correcte de la langue française

## Durée et rythme de la formation

- 1 jour de rencontre le jeudi 9 septembre de 10h à 12h30
- Puis 20 jours de formation du 20 septembre au 22 octobre 2021  
4 jours par semaine : les lundis, mardis, jeudis et vendredis
- Horaires : 10h-12h30 / 13h30-15h30 la 1<sup>ère</sup> semaine  
Puis 9h30-12h30 / 13h30-15h30 les autres semaines

La participation à l'ensemble de la formation (tous les ateliers) est obligatoire, sauf motifs justifiés.

## Modalités d'entrée :

- Après réception de la fiche de candidature, entretien téléphonique avec chaque candidate.
- Si les candidates remplissent les pré-requis, convocation à un entretien individuel ou une réunion d'information collective (selon le nombre de candidates) pour valider l'entrée en formation et établir le dossier personnel de la candidate
- Entrée sur la session de formation définie selon le planning (atelier de pré-rentree)

## ENCADREMENT :

Formatrices et formateurs spécialisés en coaching, expression-communication, accompagnement à l'emploi et à la création d'entreprise

## Résultats :

En 2020, 56 personnes formées.

30% des participantes ont retrouvé un emploi ou sont entrées en formation immédiatement après la formation.

20% créent leur entreprise dans les 6 mois suivant la formation.

100% des participantes ont trouvé la formation pertinente, répondant à leurs attentes et la recommanderaient à une proche.

95% des participantes pensent avoir vraiment évolué pendant la formation.

## COMMUNICATION :

Le descriptif de cette formation est accessible :

# Sur le site web de Créations omnivores

<https://creationsomnivores.com/elles-osent>

# Directement auprès de Créations omnivores :  
01 48 84 90 52

## FORMATION SOUTENUE PAR :



AGENCE  
NATIONALE  
DE LA COHÉSION  
DES TERRITOIRES



VAL de  
MARNE  
Le département



## Contenus pédagogiques :

- **Dépasser les freins :**
  - Accéder à ses droits (santé, logement, allocations...) et repérer les structures clés
  - Améliorer sa mobilité
  - Apprendre à s'organiser, à gérer ses priorités
  - Reprendre confiance en soi
  - Prendre conscience de ses capacités et compétences
- **Estime de soi et image de soi :** Connaissance de soi et de ses qualités ; Valorisation de soi et de son image
- **Valoriser ses compétences :** Du savoir-faire à la compétence professionnelle, reconnaître et valoriser ses atouts
- **Se questionner sur l'égalité femmes-hommes et de la place des femmes dans la société :** égalité professionnelle, mixité des métiers, cyber-sexisme, place des femmes dans l'espace public
- **Expression-communication et expression corporelle :** Gestion de la communication verbale et non-verbale ; s'exprimer clairement ; communiquer avec les autres ; écouter ; savoir parler de son parcours et de ses projets
- **Prise de parole en public :** Communiquer de manière professionnelle face à un groupe et à des inconnus ; faire ressortir les points forts de son projet ; argumenter
- **Découverte de l'entreprise et posture professionnelle**
- **Se réappropriier l'outil numérique et le mettre au service de son projet :**
  - Prise en main de l'outil informatique (Word, Excel, Internet, boîte mail)
  - Travail sur divers outils en ligne pour se familiariser avec des outils de visioconférence et de partage de documents à distance
- **Les outils clés de la recherche d'emploi ou de formation :**
  - CV, lettre de motivation, utilisation professionnelle d'internet et de la boîte mail
  - Préparation à l'entretien d'embauche

## Méthodes pédagogiques

- Pédagogie active et participative
- Écoute active, bienveillance, travail d'équipe en sous-groupe
- Individualisation des parcours
- Mise en relation avec des structures pouvant proposer un accompagnement individuel pour la suite du parcours
- Rencontres et échanges avec des entrepreneuses et des « rôles modèles »
- Outils :
  - Jeux de photolangage, jeux de cartes
  - Théâtre, danse, jeux de rôles, mises en situation
  - Support numérique « Inforizon » (Parcouréo)

## Modalités d'évaluation :

- Tenue d'un dossier de suivi individuel
- Auto-évaluation de fin de formation
- Réalisation d'un plan d'action
- Bilan final

Formation délivrée par un organisme de formation, non diplômante, non qualifiante. Créations omnivores est un organisme de formation inscrit au catalogue de référence de la formation continue DATADOCK.

# Fiche de candidature « Elles osent ! » 2021

PARCOURS À DESTINATION DES JEUNES FEMMES QUI SOUHAITENT (RE)LANCER LEUR PROJET PROFESSIONNEL  
HABITANTES DE CRÉTEIL

## 1. Vous

NOM : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ Créteil

Cadre réservé à l'organisme de formation  Quartier Politique de la ville  Quartier de veille  Hors QPV

Tél. : \_\_\_\_\_ Adresse mail : \_\_\_\_\_ @

Date de naissance : \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Âge : \_\_\_ ans

Maîtrise de la langue française :

Écrit :  pas du tout  un peu  correctement  parfaitement

Oral :  pas du tout  un peu  correctement  parfaitement

## 2. Votre projet professionnel

- Avez-vous une activité professionnelle aujourd'hui ?  oui  non

Si oui :  en CDI ou  Jusqu'au \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_  à temps plein ou  à temps partiel

Quel métier exercez-vous ? \_\_\_\_\_

- Avez-vous un projet professionnel ou un projet de formation défini ?

oui  moyennement  non

Si oui, précisez lequel : \_\_\_\_\_

- Êtes-vous inscrite dans une des structures suivantes ?

PRIJ  Mission Locale  PIJ  Pôle-emploi

Autre structure : \_\_\_\_\_

## 3. Vos motivations pour vous inscrire à cette formation

Décrivez votre idée ou votre projet de formation ou d'emploi, les difficultés que vous rencontrez, les informations qu'il vous manque, ce que vous souhaiteriez apprendre ou améliorer...)

---

---

---

---

---

---

---

---

SIGNATURE :

CANDIDATURE À RENVOYER À : Créations omnivores  
ADRESSE : 5, rue Auguste Franchot - 94 600 Choisy-le-Roi  
CONTACT : 01.48.84.90.52 - [egalite@creationsomnivores.com](mailto:egalite@creationsomnivores.com)  
Merci ! Nous vous recontacterons rapidement après sa réception.

