

En octobre avec la Mission Locale..

Participez à nos ateliers !



Bien-être

Judi 5 octobre
à 14 h

Pour être bien dans son
corps et dans sa tête !



Bouger en Europe

Lundi 9 octobre
à 14 h 30

Toutes les infos pour partir
à l'étranger !



Confiance en soi

Vendredi 13 octobre
à 9 h 30

Des conseils pour être
plus à l'aise au quotidien !



Mission Intérim

Judi 19 octobre
à 9 h 30

Pour être un expert de
l'intérim et connaître les
recrutements en cours.



Initiation aux échecs

Vendredi 20 octobre
à 9 h 30



Coaching téléphonique

Mardi 24 octobre
à 14 h

Appeler un employeur,
ça s'apprend !



Ecogestes

Mercredi 25 octobre
à 14 h

Adoptez les bons gestes
et faites des économies !



Politiké

Judi 26 octobre
à 14 h

Un jeu en immersion
pour mieux comprendre
les élections.



En route vers l'emploi - Plancoët

Mercredi 4 octobre
de 9 h 30 à 17 h

Une journée ludique pour vous aider
dans votre recherche d'emploi !



Prenez soin de vous !

Bilan de santé mercredi 11 octobre, départ 7 h 50
Pré-bilan le 5 octobre à 14 h

Bénéficiez d'un bilan de santé gratuit
à la CPAM de St Brieuc. Départ de Dinan.

Nos partenaires vous accueillent...

Permanences à la Mission Locale :

Familles Rurales (info conseil budget et micro-crédit)

Mercredi 4 octobre de 9 h à 16 h 30

Armée de Terre

Mercredis 11 et 25 octobre de 10 h à 15 h 30

Marine

Mercredi 25 octobre de 10 h à 15 h 30

Journées Portes Ouvertes



France Services Plouasne

Mercredi 4 octobre
de 9 h à 17 h, salle Dériole

France Services Evran

Samedi 14 octobre
de 9 h à 13 h, Mairie

La santé mentale, on en parle ?



MOMENT
SANTÉ



Un parcours de 4 ateliers

pour vous exprimer sur la santé mentale
et découvrir les ressources pour vous accompagner au quotidien !



Et si on parlait santé ? : Jeudi 12 octobre à 14 h



Libère ta parole ! : Lundi 16 octobre à 14 h



Ma pause bien-être : Mercredi 18 octobre à 14 h



Bien dans ma tête, bien dans mes baskets !
Vendredi 20 octobre à 14 h

Semaines d'information
sur
la santé mentale

Mais aussi, dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale :

Portes Ouvertes Point Accueil Ecoutes Jeunes - Mercredi 11 octobre, de 14 h à 17 h - PAEJ
Rencontrez Solenn et Maëla et découvrez cet espace de parole dédié aux 12-25 ans et leurs proches.

Théâtre-forum "Devenir adulte, ça veut dire quoi" - Mardi 17 octobre, à 18 h 30 - Atelier du 5 Bis
Vous avez entre 16 et 25 ans ? Venez rire, échanger, débattre sur le thème du passage à la "vie adulte".

Atelier d'écriture - Jeudi 19 octobre, de 14 h à 17 h - Mission Locale
Plongez dans un espace créatif et bienveillant où vous pourrez explorer vos émotions, partager vos expériences et décrire votre état d'esprit avec des mots.

Des formations près de chez vous !

 **Définissez votre projet professionnel avec Prépa Projet !**
CLPS Dinan - Parcours et durée personnalisés selon vos besoins

 **Prépa Avenir, 6 mois pour booster votre projet professionnel !**
Pôle de formation Steredenn Dinan - Du 2 octobre 2023 au 22 mars 2024

Mais aussi...

• **Découvrez le Contrat d'Engagement Jeune !** Un accompagnement par un.e conseiller.e, une allocation pouvant aller jusqu'à 528 euros par mois, un programme personnalisé selon vos besoins : ateliers collectifs, immersions professionnelles, démarches autonomes... Parlez-en à votre conseiller.e !