



Remob'toi !



Organisme de formation

UFCV 27 Avenue du 6 Juin 14000 Caen Tél. 02 31 86 91 68 Contact : Mme Aurélie Guerville

Service.ADMINISTRATIFISP@ufcv.fr

N° déclaration d'activité : 11750896975 *cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat*

Association loi 1901, reconnue d'utilité publique Siret : 775 685 621 00655



Lieu de la formation

UFCV Afpa Bâtiment 15, rue de Rosel 14000 Caen Tél : 02 31 86 91 68 Service.ADMINISTRATIFISP@ufcv.fr



Descriptif de la prestation

D'une durée de 5 mois, cette action propose des temps de travail en groupe et des entretiens individuels réguliers afin de permettre à chaque participant de :

- Développer ses compétences sociales et transversales
- Définir un projet professionnel en adéquation avec son profil et le marché de l'emploi



Calendrier de la prestation

Réunion d'information : **Mardi 08 septembre 2026 à 9h30**

Date de début : 14 septembre 2026 **Date de fin** : 09 février 2027 (*fermeture du centre du 23/12 au 31/12/2026*)

Prestation à temps partiel (cf planning ci-dessous)

	Ateliers collectifs	Entretien individuel
1 ^{ère} phase Remobilisation (3 mois)	1, 5 jours les 6 premières semaines 2 jours d'ateliers les 6 dernières semaines.	1 heure mensuelle
2 ^{ème} phase : Définition du projet professionnel (2 mois)	2 jours d'ateliers	1 heure tous les 15 jours

Durée totale de la formation en centre : 294 heures

Horaires : 8h45-12h15 et 13h30-17h



Conditions d'accès à la prestation

Action à destination de 12 participants du PLIE Pays de Caen, avec une mixité homme-femme



& troubles dys'

Pour les candidats dont la situation le nécessite, notre **référént handicap** est disponible pour envisager l'aménagement de la formation et/ou de la certification à travers un projet personnalisé de formation (PPF)



Conditions d'admission

Le positionnement de la personne sur la prestation est réalisé par le PLIE du Pays de Caen.

Entretien tripartite réalisé en présence de l'APAP du PLIE afin de contractualiser l'adhésion de la personne



Coûts

Aucune participation financière n'est demandée au participant.



Remob'toi !

Objectifs la prestation

Cette action a pour objectif de favoriser le retour à l'emploi des participants par :

- Le développement de leurs compétences sociales et transversales
- La connaissance des secteurs d'activité porteurs d'emplois sur le territoire
- La définition d'un projet professionnel en adéquation avec leur profil et le marché de l'emploi ainsi que les étapes nécessaires à sa réalisation

Contenu

1^{ère} phase Remobilisation

10 thématiques sont proposées comprenant plusieurs ateliers collectifs :



Découverte culturelle :

Recenser les lieux culturels et organiser des visites : musées, monuments historiques, expositions, bibliothèques, parcs et jardins etc...



Découverte des associations sportives :

Identifier les différentes activités sportives et de loisirs de l'agglomération caennaise
Organiser une sortie



Alimentation -Manger équilibré :

Créer un menu équilibré petit budget
Organiser un goûter afin de cuisiner lors d'un atelier cuisine



Eco citoyenneté :

Sensibiliser sur les gestes du quotidien bénéfiques pour l'environnement
Visiter le SDEC ou l'éco appart



Solidarité et bénévolat :

Connaître le milieu associatif, valoriser l'engagement
Organiser une visite auprès d'associations locales dans le domaine de la solidarité et du bénévolat



Mobilité :

Connaître les différents modes de transports et adapter ses déplacements en prenant en compte leurs impacts
Organiser une course d'orientation pour apprendre à se repérer
Organiser une courte randonnée d'1 heure à 1h30 afin de se repérer et reprendre une activité physique



Egalité Hommes-Femmes :

Sensibiliser sur l'égalité hommes -femmes
Identifier les stéréotypes à l'origine de nos représentations homme/femme
Jeux pédagogiques, quizz, travail en sous-groupe



Communication Vie quotidienne :

Mise en place de jeux pédagogiques pour communiquer, reprendre confiance en soi, comprendre et se familiariser avec les démarches administratives.



Emploi :

L'insertion par l'activité économique : Les structures et leur fonctionnement : recherche et organisation d'une visite
Se préparer à participer à un forum emploi



Compétences numériques :

Découvrir l'outil informatique : naviguer sur internet en toute sécurité, créer une boîte mail sécurisée...
Découverte d'une suite office gratuite (libre office)
Faire ses démarches administratives en ligne : actualisation France travail, Caf, impôts...
E-réputation/Info/Intox /Découverte de google drive
Créer un journal en ligne (Canva, calameo.fr...) pour mettre le compte-rendu d'ateliers socio-culturels



Remob'toi !

2^{ème} phase : Définition du projet professionnel

Ateliers collectifs sur les thématiques suivantes :

- Identifier ses atouts et valoriser ses compétences
- Définir ses centres d'intérêt professionnel
- Mieux connaître la diversité des secteurs d'activité porteurs d'emplois sur le territoire
- Analyser le marché de l'emploi, identifier les entreprises sur sa zone de mobilité
- Connaître L'environnement économique (visites d'entreprise, témoignages de professionnels sur le recrutement, le fonctionnement de l'entreprise, le tissu économique du secteur...)
- Intervention de la chargée de relations entreprises afin de présenter ses missions au sein du PLIE
- S'approprier les techniques de base pour avoir des outils efficaces de recherche d'emploi
- Connaître les outils numériques et les réseaux sociaux
- Elargir sa mobilité : connaître les différents dispositifs et mesures d'aide à la mobilité
- La méthodologie : organiser ses démarches, mettre en place un projet, argumenter
- L'outil informatique : utiliser une boîte mail, utiliser internet, utiliser emploi store, utiliser le site de France Travail, mettre son cv en ligne
- Réaliser des enquêtes auprès de professionnels
- En fonction de l'avancée de chaque participant, possibilité de réaliser une mise en situation professionnelle de 2 à 4 semaines
- L'entreprise : règles de la vie professionnelle, types de contrats de travail et mesures d'aides, la législation du travail
- Identifier les formations ainsi que les possibilités de financement

Moyens pédagogiques et techniques alloués à la prestation

L'action dispose :

- d'une salle de formation équipée d'ordinateurs, de chaises, de tables et de tableau,
- d'un fond de matériel nécessaire, en quantité et qualité, cohérent avec les besoins de l'action ;
- d'un vidéoprojecteur et d'un système de son amplifié pour regarder et/ou écouter des diaporamas, des films (une partie étant des productions interne à l'UFCV) et des podcasts.

Tout au long de la formation il sera remis aux participants des documents supports qui synthétisent les apports liés aux séquences de formation dispensées. De même les participants seront amenés à construire et partager des outils créés lors de séquences de formation.

Une connexion Wi-Fi est utilisée au cours de la prestation.

Au cours des regroupements en centre de formation, les participants seront amenés à se rendre dans des structures spécialisées.

Modalités d'accompagnement et d'évaluation individuels

- Le 1er entretien contractualise l'adhésion de la personne à l'accompagnement, définit les objectifs visés par le participant et le plan d'actions qu'il devra mettre en œuvre.

- Les entretiens suivants permettent de :

- Evaluer la progression pédagogique du participant
- Vérifier les démarches autonomes réalisées afin de lever les freins identifiés, réajuster le plan d'actions établi avec le participant et mettre en place les relais nécessaires à leur résolution
- Echanger sur les difficultés rencontrées par le participant

- L'entretien de bilan de fin d'action tripartite (bénéficiaire - APAP PLIE - formateur) est réalisé au cours de la dernière semaine d'accompagnement. Il permet de faire un bilan global du parcours du participant.



Remob'toi !

Composition de l'équipe pédagogique

- Belgin Leguede et Joy Contogouris: formatrices
- Magalie Heilles : responsable d'activité Formation Normandie

Engagement qualité des formations

► Certification Qualiopi

► Référencement DataDock

► Charte RGPD-Politique de confidentialité consultable sur le site <https://formation-professionnelle.ufcv.fr>



Remob'toi !

		matin	après-midi			matin	après-midi			matin	après-midi
Lundi	14-sept		Atelier collectif	Lundi	05-oct	Entretiens		Lundi	02-nov	Atelier collectif	
Mardi	15-sept			Mardi	06-oct		Atelier collectif	Mardi	03-nov	Entretiens	
Mercredi	16-sept			Mercredi	07-oct			Mercredi	04-nov		
Jeudi	17-sept	Atelier collectif		Jeudi	08-oct	Atelier collectif		Jeudi	05-nov	Atelier collectif	
Vendredi	18-sept			Vendredi	09-oct	Entretiens		Vendredi	06-nov		
Samedi	19-sept			Samedi	10-oct			Samedi	07-nov		
Dimanche	20-sept			Dimanche	11-oct			Dimanche	08-nov		
Lundi	21-sept			Lundi	12-oct			Lundi	09-nov		
Mardi	22-sept		Atelier collectif	Mardi	13-oct		Atelier collectif	Mardi	10-nov	Atelier collectif	
Mercredi	23-sept			Mercredi	14-oct			Mercredi	11-nov		
Jeudi	24-sept	Atelier collectif		Jeudi	15-oct	Atelier collectif		Jeudi	12-nov	Atelier collectif	
Vendredi	25-sept			Vendredi	16-oct			Vendredi	13-nov		
Samedi	26-sept			Samedi	17-oct			Samedi	14-nov		
Dimanche	27-sept			Dimanche	18-oct			Dimanche	15-nov		
Lundi	28-sept		Atelier collectif	Lundi	19-oct			Lundi	16-nov	Atelier collectif	
Mardi	29-sept			Mardi	20-oct		Atelier collectif	Mardi	17-nov	Atelier collectif	
Mercredi	30-sept			Mercredi	21-oct			Mercredi	18-nov		
Jeudi	01-oct	Atelier collectif		Jeudi	22-oct	Atelier collectif		Jeudi	19-nov	Bilan inter	
Vendredi	02-oct			Vendredi	23-oct			Vendredi	20-nov		
Samedi	03-oct			Samedi	24-oct			Samedi	21-nov		
Dimanche	04-oct			Dimanche	25-oct			Dimanche	22-nov		
				Lundi	26-oct			Lundi	23-nov		
				Mardi	27-oct	Atelier collectif		Mardi	24-nov	Atelier collectif	
				Mercredi	28-oct			Mercredi	25-nov		
				Jeudi	29-oct	Atelier collectif		Jeudi	26-nov	Atelier collectif	
				Vendredi	30-oct			Vendredi	27-nov		
								Samedi	28-nov		
								Dimanche	29-nov		
								Lundi	30-nov	Atelier collectif	

		matin	après-midi			matin	après-midi			matin	après-midi
Mardi	01-déc	Entretiens		Lundi	04-janv	Entretiens		Lundi	01-févr	Entretiens	
Mercredi	02-déc			Mardi	05-janv	Atelier collectif		Mardi	02-févr	Atelier collectif	
Jeudi	03-déc	Atelier collectif		Mercredi	06-janv			Mercredi	03-févr		
Vendredi	04-déc	Entretiens		Jeudi	07-janv	Atelier collectif		Jeudi	04-févr	Atelier collectif	
Samedi	05-déc			Vendredi	08-janv			Vendredi	05-févr	Entretiens	
Dimanche	06-déc			Samedi	09-janv			Samedi	06-févr		
Lundi	07-déc			Dimanche	10-janv			Dimanche	07-févr		
Mardi	08-déc	Atelier collectif		Lundi	11-janv			Lundi	08-févr		
Mercredi	09-déc			Mardi	12-janv	Atelier collectif		Mardi	09-févr	Bilan final	
Jeudi	10-déc	Atelier collectif		Mercredi	13-janv			Mercredi	10-févr		
Vendredi	11-déc			Jeudi	14-janv	Atelier collectif		Jeudi	11-févr		
Samedi	12-déc			Vendredi	15-janv			Vendredi	12-févr		
Dimanche	13-déc			Samedi	16-janv						
Lundi	14-déc	Entretiens		Dimanche	17-janv						
Mardi	15-déc	Atelier collectif		Lundi	18-janv	Entretiens					
Mercredi	16-déc			Mardi	19-janv	Atelier collectif					
Jeudi	17-déc	Atelier collectif		Mercredi	20-janv						
Vendredi	18-déc			Jeudi	21-janv	Atelier collectif					
Samedi	19-déc			Vendredi	22-janv	Entretiens					
Dimanche	20-déc			Samedi	23-janv						
Lundi	21-déc	Atelier collectif		Dimanche	24-janv						
Mardi	22-déc	Atelier collectif		Lundi	25-janv						
Mercredi	23-déc			Mardi	26-janv	Atelier collectif					
Jeudi	24-déc			Mercredi	27-janv						
Vendredi	25-déc			Jeudi	28-janv	Atelier collectif					
Samedi	26-déc			Vendredi	29-janv						
Dimanche	27-déc	Fermeture UFCV		Samedi	30-janv						
Lundi	28-déc			Dimanche	31-janv						
Mardi	29-déc										
Mercredi	30-déc										
Jeudi	31-déc										