

LES ATELIERS SOCIOLINGUISTIQUES

Les Nouvelles des Ateliers de l'Association Viltaïs

La recherche du travail en France

Cela m'a beaucoup plu de pouvoir apporter des conseils sur les présentations écrites aux participants de cette formation réalisée au Centre Huda de Viltaïs à Avallon. Durant deux jours, nous avons appris les bases du travail, de la recherche d'emploi jusqu'à la présentation de soi en entretien. Cela m'a permis de remettre en perspective les modalités de recherche d'emploi en France.



Les participants ont bien compris les enjeux de la présentation de soi dans le monde professionnel, pour soi-même : confiance en eux et en leurs capacités du fait de toutes les activités réalisées dans leurs parcours professionnels. Pour l'entreprise en recherche de profils, ces informations sont les preuves que la personne qui candidate est motivée, a la capacité et la volonté de réaliser parfois des tâches très diversifiées. Nous avons également abordé les bases du droit du travail en France, la notion de contrat de travail mais aussi de travail « au noir » ou travail dissimulé.

Ces deux journées furent une grande opportunité pour échanger sur les projets et les compétences de chacun et surtout pour bien les préparer à l'éventualité de pouvoir accéder à l'emploi dans les meilleures conditions possibles.

Mathieu LEFEVRE, Chargé Relations Entreprise

ASL EN CHIFFRES

Début: 12/01/2022

Fin: 09/02/2022

Participants: 11

Nationalité: 4

Partenariat :

Association Coallia

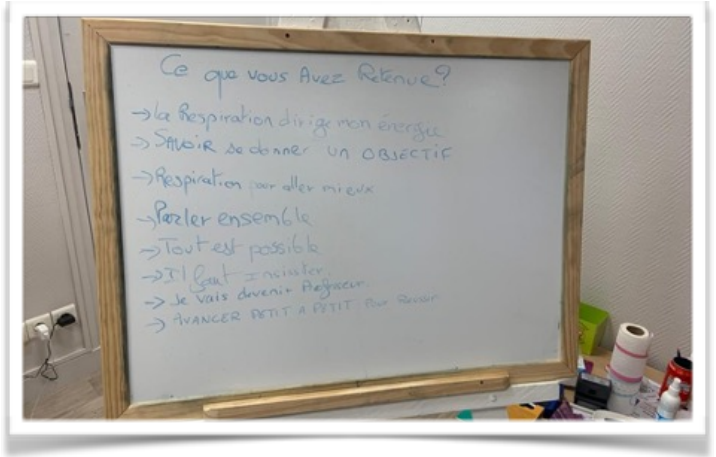


ATELIER COSMÉTOFOOD

Cet Atelier est animé par l'esthéticienne du Salon Joséphine de Viltaïs, Fiona DOSANTOS. Il s'agit de la cuisine cosmétique dont le but est d'aborder les notions d'hygiène, de nutrition et de beauté pour réapprendre les bases de prendre soin de soi. Les stagiaires ont appris les bienfaits de la nutrition sur leur beauté et leur bien-être. Grâce aux astuces apprises au cours de cette formation, ils sont capables d'élaborer des crèmes à peu de frais. Car prendre soin de soi, c'est gagner en estime de soi.

LA SOPHROLOGIE, UNE DECOUVERTE

Communiquer, se rassurer, trouver un objectif, donner du sens à son quotidien, voici en quelques mots des éléments qui forment cet atelier, où il est bien évidemment question de permettre aux participants d'avancer plus sereinement dans leur quotidien. Pour ce public qui se compose de réfugiés en plein apprentissage de la langue française pour la plupart, la sophrologie est une découverte.



« *Savoir se donner un objectif est important* »

« *Je vais devenir professeur* »

François HAY, Sophrologue

TEMOIGNAGES DE STAGIAIRES

« *C'était très bon pour moi de participer aux ateliers. J'ai beaucoup parlé, écrit, lu et appris. Tout était très intéressant. Ça m'aide à comprendre la France, préparer mon intégration et devenir autonome. Ça me donne des idées pour mon projet professionnel. Les ateliers de sophrologie me plaisent bien aussi.* »

AHMADI Ahmad Bakhtyar



La pratique de la sophrologie leur permet, non seulement, de nombreuses prises de conscience individuelles, mais aussi des interactions de groupe, riches de sens. Elle les amène principalement à comprendre quels sont leurs besoins fondamentaux et comment les satisfaire à travers leur propre regard, mais aussi celui de l'autre. Pour la grande majorité, c'est le besoin de sécurité qui émerge de leurs retours d'expérience. Ils apprennent également l'importance de se poser un objectif individuel, pour arriver à atteindre leurs buts.

Curieusement la langue n'est pas un obstacle. Les prises de conscience sont nombreuses et nécessaires, beaucoup d'entre eux sont dans l'ignorance de ce qu'ils sont capables de faire.

Voici leurs mots et ce qu'ils ont retenu pendant ces deux jours de formation :

« *Je vais utiliser ma respiration pour aller mieux* »

« *Il faut avancer petit à petit pour réussir chaque jour* »

« *Il faut insister* »

« *Parler ensemble fait du bien* »



« *Je n'ai pas tout compris mais j'ai appris. J'ai découvert le monde du travail en France et j'ai fait mon CV. Le groupe était bien avec une bonne ambiance et les professeurs étaient gentils.* »

STANIKZAI Hafizullah