Les ateliers permanents

L'ALTERNANCE
Qu'est ce que c'est ?
Tout savoir sur l'alternance

CODES DE L'ENTREPRISE LES ATTENTES DES RECRUTEURS
Intervention d'une agence inerim partenaire pour préparer l'entretien d'embauche

DYNAMISER SA RECHERCHE D'EMPLOI
Les techniques de recherche d'emploi, les contrats et les aides à l'embauche. Mise en relation avec les offres

Les P'TITS DÉJ
un territoire, une entreprise.
Visite d'entreprises sur les bassins d'emploi de tout le département

PMSMP
Informations et recherche de stages dans le cadre d'une periode de mise en situation professionnelle

EMPLOI

ATELIERS CV
Réalisation
Actualisation

JOBS A LA CLEF
Actions de recrutements à la Mission Locale ou sur site en entreprise

LE B.A-BA DE LA RECHERCHE D'EMPLOI
Apporter les informations nécessaires pour une recherche d'emploi sur son territoire
Uniquement en délocalisé

ESCAPE GAME TRE
Technique de recherche d'emploi

SPORT CULTURE CITOYENNETÉ

SORTIES SPORT-SANTE
Encadrées par les associations "Bouger pour s'en sortir" ou l'UFOLEP

JE(u) surfe sur le web
Atelier de sensibilisation internet et réseaux sociaux

REPUBLIX XL
Atelier sur les valeurs et principes de la République et sur la citoyenneté

SORTIES CULTURELLES

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

EVA
Evaluation des compétences de base par la réalisation de serious games

ATELIERS FORMATION
Information sur l'accès à la formation et aux differents financements

PIX
Evaluer et développer ses compétences numériques

DECLIC POUR L'ACTION
Découvrir les compétences de base attendues par les entrenprises et se situer grâce à CléA avec l'**AFPA**

FORMATION

ATELIERS NUMERIQUES
Tout au long de l'année

POINT ECOUTE JEUNES
Sur RDV individuel

VIE SOCIALE

MON IMAGE VERS L'EMPLOI
Travailler son image en vue de recrutements

BUDGET
Avec la Banque de France. Apprendre à gerer son budget, le droit au compte et l'education financière.

SANTÉ-VOUS BIEN
Sensibilisation à la nuitrition et à la diététique

DROIT DU TRAVAIL
Intervention de professionnels de la DDETSPP sur le droit du travail

PREVENTION SANTE
Parler de sa santé à travers des ateliers ludiques avec l'APAS

Version numérique : Contenus des actions en cliquant sur les cellules

Inscription au 05 31 78 00 00

LES B.A-BA DE LA RECHERCHE D'EMPLOI

L'équipe du Service Emploi Entreprises de la Mission locale organise cet atelier B.A-BA exclusivement sur les permanences délocalisées.

L'objectif est d'apporter aux jeunes les informations minimales nécessaires pour démarrer une recherche d'emploi ou de PMSMP. Le B.A-BA doit leur permettre d'être en capacité de rechercher un emploi ou une PMSMP
Ou chercher et comment ?
Les outils de la recherche d'emploi le CV et LM.
Les compétences, l'expérience. - Répondre à une offre ou faire une candidature spontanée : comment (mail, lettre, visite...)

Mission Locale
Tarn-et-Garonne

En alternance sur nos différents lieux de permanences

Durée 2 heures

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DYNAMISER SA RECHERCHE D'EMPLOI

Atelier animé par le service Emploi Entreprise de la Mission Locale 82 à destination des jeunes en recherche d'emploi :

Aide active d'un conseiller emploi-entreprises sur la recherche d'offres.
Information sur les sites de recherche d'emploi
Utilisation de l'outil informatique
Ciblage entreprises
Mise en pratique de recherche d'offres
Mise en relation



Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Montauban : Un mardi matin tous les 15 jours

Caussade : Un lundi matin par mois

Castelsarrasin : Un mercredi après-midi par mois

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DEFFI PRO

Découvrir les formations et les filières professionnelles présentes sur le territoire.

- Visites d'entreprises
- Découvertes métiers
- Témoignages de professionnels
- Présentation des modalités d'accès aux formations et des dispositifs existants.

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Castelsarrasin
Caussade
Montauban



Je suis inscrit(e) :

Le

à

ATELIERS CV

Animé par le Service Emploi Entreprises à destination des jeunes ayant déjà eu a minima une expérience professionnelle

Déroulé :

1. Présentation – Tour de table

2. Théorie :
   - C’est quoi un CV ?
   - A quoi ça sert ?
   - Que trouve-t-on dans un CV ?

3. Réalisation/actualisation du CV sur l’outil informatique. Je repars avec mon CV papier et numérique.



Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Montauban : Tous les mardis matins

Caussade : Un lundi matin tous les 15 jours

Castelsarrasin : Un mercredi après-midi tous les 15 jours

Je suis inscrit(e) :

Le

à

ATELIERS SANTÉ APAS

Animé par l'APAS (Association Promotion Autonomie et Santé 82) dans les locaux de la Mission Locale

- Atelier de prévention concernant la gestion et l'accès aux droits en santé.
- Les thématiques de la contraception, du consentement, des réseaux sociaux, de l'égalité homme/femme et des cancers seront aussi abordées.

Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Castelsarrasin
Caussade
Montauban

APAS 82
ASSOCIATION PROMOTION AUTONOMIE ET SANTÉ 82

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DROIT DU TRAVAIL

Animé par un employé du ministère du travail
information générale sur

- Les droits et devoirs des salariés
- La procédure de recours aux prudhommes
- les différents contrats de travail
- les droits à la formation

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Castelsarrasin

Caussade

Montauban

DDETSPP

Liberté
Égalité
Fraternité

Je suis inscrit(e) :

Le

à

ATELIERS EVA

Animés par un(e) conseiller(e) Mission Locale, succession de plusieurs "serious games" pour évaluer la maitrise des compétences cognitives, transversales, et de base (Français et mathématiques)

Au terme de l'évaluation un diagnostic complet des compétences (sous forme de score) est remis aux participants

Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Castelsarrasin

Caussade

Montauban



Je suis inscrit(e) :

Le

à

L'ALTERNANCE QU'EST-CE QUE C'EST ?

Objectif : Promouvoir l'alternance en présentant ses prérequis, ses avantages et ses difficultés.

Public : Tout jeune ayant ou non un projet d'alternance afin de lui faire découvrir cette voie de qualification et d'emploi

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Montauban

Caussade

Castelsarrasin



Je suis inscrit(e) :

Le

à

LES ATTENTES D'UN RECRUTEUR, LES CODES DE L'ENTREPRISE

Ateliers animés par un recruteur dans les locaux de la ML82

Informer sur les méthodes de recrutement, les attentes d'un recruteur et les codes à connaître pour être recruté.
Les échanges permettent aux jeunes présents d'être mieux préparés pour postuler et rencontrer un employeur lors d'un entretien d'embauche.
Savoir expliquer ses compétences, la posture à adopter...



Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Sur les antennes de Castelsarrasin, Caussade et Montauban.

Périodicité : Aux besoins

Je suis inscrit(e) :

Le

à







FESTIVAL GRAFIK CASTELSARRASIN

Atelier Cyanotype (procédé photographique monochrome) animé par l'artiste Alex Lahaye alias Zetapix à la Mission Locale de Castelsarrasin

Lundi 17 Avril 2023

JOBS À LA CLEF

Sessions de recrutements organisées par le Service Emploi, sur le site de l' entreprise ou dans les locaux de la ML82.

Présentation de l'entreprise et des métiers proposés par les recruteurs.
Prérequis, horaires, compétences nécessaires, avantages, contrats et spécificités..
Recrutement sous forme de job dating suite à l'information collective pour les jeunes qui souhaitent postuler.

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Sur tout le département en fonction des besoins en recrutements.



Je suis inscrit(e) :

Le

à

SPORT-SANTÉ
UFOLEP

Atelier sport-santé animé par des enseignants diplômés en activités physiques adaptées de l'UFOLEP

Découverte d'activités sportives innovantes et/ou sports collectifs

- Basket, football
- Tchoukball
- Poull Ball
- Panna foot
- boxe, sarbacane, fribee ...



Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Sur le secteur de Caussade et ses environs

Une fois par trimestre

Je suis inscrit(e) :

Le

à

ATELIER SPORT-SANTÉ
BOUGER POUR S'EN SORTIR

Atelier Animé par l'association "Bouger pour s'en sortir" dans les locaux sportifs de Montauban et Moissac.

Découverte d'activités sportives

- Handisport
- Tir à l'arc
- Mur interactif
- Ultimate
- Foot en salle
- etc ...



Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

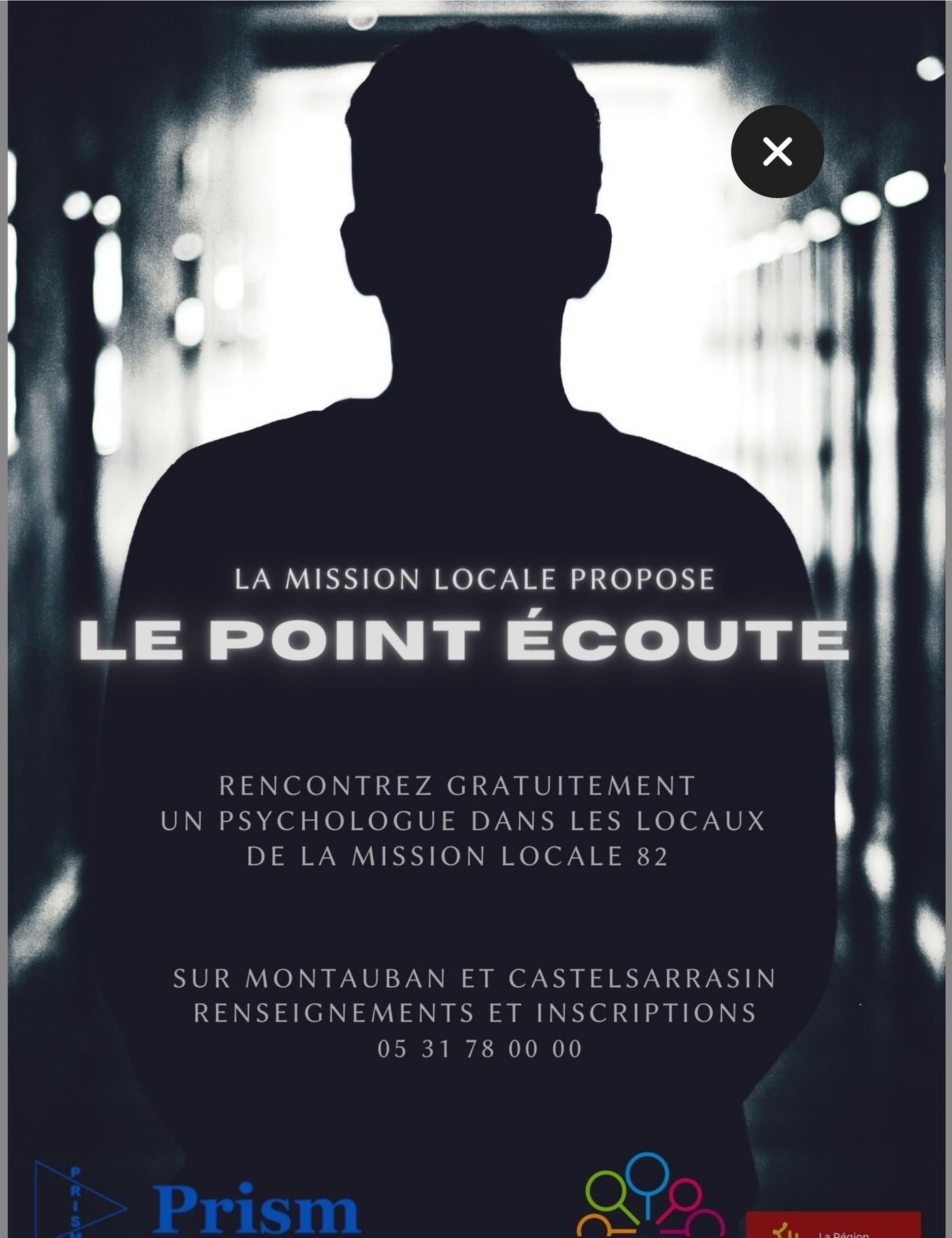
Moissac
1 fois par mois

Montauban
1 fois par mois

Je suis inscrit(e) :

Le

à


LA MISSION LOCALE PROPOSE
LE POINT ÉCOUTE
RENCONTREZ GRATUITEMENT
UN PSYCHOLOGUE DANS LES LOCAUX
DE LA MISSION LOCALE 82
SUR MONTAUBAN ET CASTELSARRASIN
RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS
05 31 78 00 00
Prism

ATELIERS PMSMP

Atelier animé par le service Emploi Entreprise de la Mission Locale 82 à destination des jeunes en recherche d'un stage d’immersion :

Présentation de la PMSMP
(Période de mise en situation professionnelle)

Les différents objectifs de la PMSMP
Informations sur “Immersion facilité”
Aide à la recherche de lieux de stages

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Montauban

Caussade

Castelsarrasin



Je suis inscrit(e) :

Le

à

DECLIC POUR L'ACTION AFPA
ATELIER 1

Découvrir et essayer son métier de demain grandeur nature

Atelier mené par un professionnel de l'AFPA sur les plateaux techniques de l'AFPA Montauban.

Au programme :

Explorer les réalités du métier au travers la réalisation de tâches simples et le témoignage de professionnels,
Confronter ses représentations et ses souhaits à la réalité du métier,
Repérer ses compétences transférables et celles à acquérir dans le ou les métiers découverts.

AFPA Montauban

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DECLIC POUR L'ACTION AFPA
ATELIER 2

Construire son projet professionnel à partir de ses atouts et des opportunités d'emploi de son territoire

Atelier mené par un professionnel de l'AFPA dans les locaux de la ML82.

Au programme :
Partir des métiers en demande et en tension du territoire,
Cibler un choix professionnel en croisant :
✓ les intérêts du jeune
✓ ses compétences transversales
✓ sa mobilité géographique
Mesurer les écarts entre le profil et le métier retenu selon les degrés d'accessibilité (métiers en demande, proximité, compétences).

Castelsarrasin
Caussade
Montauban
et
certaines permanences

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DECLIC POUR L'ACTION AFPA
ATELIER 3

Mieux mobiliser ses capacités et gagner en confiance

Atelier mené par un professionnel de l'AFPA dans les locaux de la ML82.

Au programme :
Renforcer la confiance en soi,
Mieux composer avec son stress et ses émotions,
Optimiser sa mémorisation et sa concentration,
Gagner en autonomie en sortant de ses modes de fonctionnement habituels,
Faciliter l'adaptation à des situations nouvelles,
Appréhender une situation dans sa globalité et se décentrer face à une difficulté

Castelsarrasin
Caussade
et
Montauban

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DECLIC POUR L'ACTION AFPA
ATELIER 4

Découvrir les compétences de base attendues par les employeurs et se situer grâce à CLéA

Atelier mené par un professionnel de l'AFPA dans les locaux de la ML82.

Au programme :
Comprendre l'importance de maitriser le socle de connaissances et de compétences professionnelles
• Confronter ses représentations aux réalités professionnelles
• Découvrir et s'approprier les 7 domaines de compétences de CléA
• Identifier les actions à mettre en œuvre après l'atelier pour favoriser son insertion professionnelle ou son projet

Castelsarrasin
Caussade
et
Montauban

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DECLIC POUR L'ACTION AFPA
ATELIER 5

Autour du numérique
Atelier mené par un professionnel de l'AFPA dans les locaux de l'AFPA

Au programme :

- Connaitre l'environnement et les fonctions de base pour utiliser un ordinateur.
- Se repérer, collecter des informations dans un environnement numérique et utiliser une messagerie électronique.
- Saisir, mettre en forme et générer un document.
- Prendre en main une plateforme numérique et interagir en mode collaboratif (communiquer, collaborer, organiser, produire à distance..)
- Proteger et sécuriser
- Interagir sur les réseaux et les communautés professionnelles en ligne

Montauban
à l'AFPA
325 route de Montech

1 semaine (35h)

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DECLIC POUR L'ACTION AFPA
ATELIER 6

Objectif code de la route

Atelier mené par un professionnel de l'AFPA dans les locaux de la ML82.

Au programme :
Démystifier la situation d'examen du code de la route,
S'appuyer sur le groupe pour maintenir sa motivation et renforcer sa confiance en soi.
Disposer de repères méthodologiques pour apprendre efficacement,
Se familiariser avec des techniques de gestion du stress simples et efficaces,
Etre en capacité de répondre avec justesse à 35 questions minimum le jour de l'examen du code de la route

APFA Montauban
ou en distanciel

Je suis inscrit(e) :

Le

à

DECLIC POUR L'ACTION AFPA
ATELIER 7

Briller en entretien avec le pitch vitaminé

Atelier mené par un professionnel de l'AFPA dans les locaux de la ML

Au programme :

- Travailler en groupe et de manière dynamique son entretien de recrutement que se soit pour l'emploi ou pour entrer en formation.
- Désacraliser l'entretien
- S'entrainer à répondre avec assurance et efficacité à la question "Présentez-vous"
- Apprendre à mieux répondre aux principales questions des recruteurs ou acteurs de l'emploi et de la formation en travaillant sa répartie.

Castelsarrasin
Caussade
Montauban
1 journée (7h)

Je suis inscrit(e) :

Le

à

ATELIERS BUDGET

Animé par la Banque de France

- Découverte d'une banque et des relations bancaires
- Apprendre à gérer son budget
- Le droit au compte en banque
- Education financière
- Maitrise du budget
- Les banques en ligne
- Différentes typologies d'arnaques et savoir les détecter



Montech le 10/6/2026

Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Castelsarrasin

Caussade

Montauban

et certaines permanences

Je suis inscrit(e) :

Le

à

SANTÉ-VOUS BIEN
Ateliers nutrition

Animés par une diététicienne ,ces ateliers ont pour but de développer l'intérêt pour le bien-manger auprès des jeunes accompagnés.

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

<u>Au programme :</u>

Les bases de l'équilibre alimentaire
Décryptage des étiquettes
La cuisine équilibrée
Le budget alimentation
Planification et création de menus
Découvertes des 5 sens et des sensations alimentaires
Dégustations ...

Castelsarrasin

Caussade

Montauban



Je suis inscrit(e) :

Le

à

ESCAPE GAME TRE

Atelier animé par le service Emploi Entreprises de la Mission Locale 82.

Cet atelier permet de faire découvrir les Techniques de Recherches d'Emploi sous forme de jeux composés d'énigmes que les jeunes doivent résoudre.
Le parcours du jeu s'articule autour des thématiques :
CV, lettre de motivation, l'entretien d'embauche .... tout ce qui permet de mener à bien sa recherche d'emploi.
Format ludique



Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Montauban

Caussade

Castelsarrasin

+ certaines permanences

Je suis inscrit(e) :

Le

à

REPUBLIX XL

Animé par un(e) conseiller(e), Republix XL est un atelier sous forme d'un jeu de plateau autour de 6 valeurs :

- liberté
- égalité
- fraternité
- laïcité
- justice,
- respect

Et sur la citoyenneté en général

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Castelsarrasin
Caussade
Montauban

et certaines permanences



Je suis inscrit(e) :

Le

à

LES P'TITS DÉJ
UN TERRITOIRE, UNE ENTREPRISE

L'équipe du Service Emploi Entreprises de la Mission locale organise chaque mois des rencontres "sur site" avec les entreprises d'une zone définie sur tout le département.

Rendez-vous est pris dans un lieu accueillant pour un petit déjeuner, suivi d'une prospection du secteur alentour et d'une visite d'entreprise. Une façon conviviale d'aller à la découverte des entreprises et des métiers.

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Proposé depuis les antennes de
Castelsarrasin
Caussade
et Montauban

sur tout le département



Je suis inscrit(e) :

Le

à

MON IMAGE VERS L'EMPLOi

Atelier animé par la Mission Locale en deux séances d'une demi-journée chacune.

Définition de l'estime de soi et de la confiance en soi.

Hygiène vestimentaire et corporelle.

Communication verbale et non verbale

La posture et les codes sociaux
Les pensées positives

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Castelsarrasin

Caussade
et Montauban



Je suis inscrit(e) :

Le

à

ATELIERS PIX

Animé par un(e) conseiller(e) Mission Locale, l'atelier PIX mis en place par l'Etat, permet d'évaluer et développer les compétences numériques. Autour de 8 niveaux et 5 compétences, l'objectif est d'atteindre le palier supérieur. Accessible à tous, du débutant à l'expert.

- Informations et données
- Communication et collaboration
- Création de contenu
- Protection et sécurité
- Environnement numérique



Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Castelsarrasin

Caussade

Montauban

Je suis inscrit(e) :

Le

à

JE(U) SURFE SUR LE WEB

Atelier animé pour les jeunes 16-17 ans par InfoDroits

Adopter les comportements et réactions appropriés pour se protéger ou réagir

Les réflexes à adopter avec internet et les réseaux sociaux

Le cyberharcèlement et les violences en ligne

Mission Locale Tarn-et-Garonne OCCITANIE

Sur les secteurs de Montauban , Castelsarrasin et Caussade

InfoDroits ADOUCIR LE DROIT



Je suis inscrit(e) :

Le

à

ATELIERS FORMATION

Animé par un(e) conseiller(e) Mission Locale, atelier d'information sur la formation.

- Les dispositifs de formation
- Les financements et les rémunérations possibles
- La VAE (Validation des Acquis de l'Expérience)
- Le CPF (Compte Personnel de Formation)
- le PRF (Programme Régional de Formation)

Mission Locale
Tarn-et-Garonne
OCCITANIE

Castelsarrasin
Caussade
Montauban
et certaines permanences



Je suis inscrit(e) :

Le

à