



Commission  
européenne  
Fonds Social Européen

# Club 45 +



Projet 45 +

**Vous avez 45 ans ou plus.  
Vous travaillez (CDD, Intérim,  
CDI...) mais votre avenir  
professionnel vous préoccupe, ou  
vous êtes demandeur d'emploi.**

Pour maintenir, consolider, accroître votre employabilité, le club 45+ vous permet de bénéficier de la compétence de professionnels de l'emploi et d'échanger avec d'autres personnes dans la même situation que vous.

*Inscription au préalable à l'accueil de la  
Cité des métiers*

*Participation gratuite*

*Rendez-vous pour les participants au  
point R*



# PROGRAMME

## **Echanges d'expérience**

*de 16 h à 18 h : les jeudis 5 octobre, 12 octobre, 19 octobre,  
2 novembre, 30 novembre, 7 décembre, 14 décembre*

*de 14 h à 16 h : le samedi 16 décembre*

Vous pouvez suivre toutes les séances

## **Ateliers thématiques**

**Mieux se positionner dans l'entreprise :**

Comment trouver sa place dans une équipe et face à la hiérarchie ?

- *le jeudi 26 octobre de 16 h à 18 h*
- *ou le samedi 28 octobre de 14 h à 16 h*

**Codes comportementaux (savoir être) :**

Quelles attitudes et comportements sont exigées par l'entreprise ?

- *le jeudi 9 novembre de 16 h à 18 h*
- *ou le samedi 18 novembre de 14 h à 16 h*

**Intégrer et comprendre les objectifs de la structure :**

Quels sont les objectifs de l'entreprise et comment répondre au mieux à ses attentes ?

- *le jeudi 16 novembre de 16 h à 18 h*
- *ou le samedi 25 novembre de 14 h à 16 h*

**Techniques de négociation :**

Les différents types de négociation au sein d'une entreprise (salaires, contrat, carrière...)

- *le jeudi 23 novembre de 16 h à 18 h*
- *ou le samedi 2 décembre de 14 h à 16 h*