

# L'OFFRE DE SERVICES EN LIBRE ACCÈS

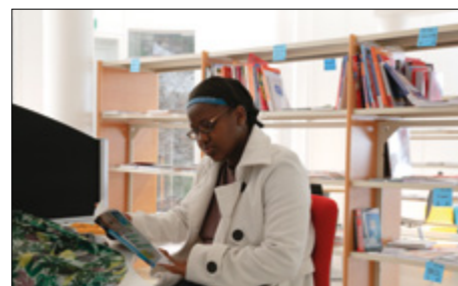


## Rencontrer un conseiller



Pour faire le point sur votre situation, quoi de mieux qu'un professionnel qui vous écoute ? Nos conseillers spécialisés sur les différents champs de la vie professionnelle vous proposent des conseils personnalisés.

## Consulter des ressources



Bornes interactives, logiciels, sélections de sites, ouvrages, tablettes... la Cité des métiers, c'est aussi une grande variété de ressources documentaires remises à jour en permanence. Pour avancer concrètement sur vos projets, 20 postes informatiques et un accès wifi sont également à votre disposition en libre-accès.

**GRATUIT, ANONYME ET SANS RENDEZ-VOUS POUR TOUS LES PUBLICS**

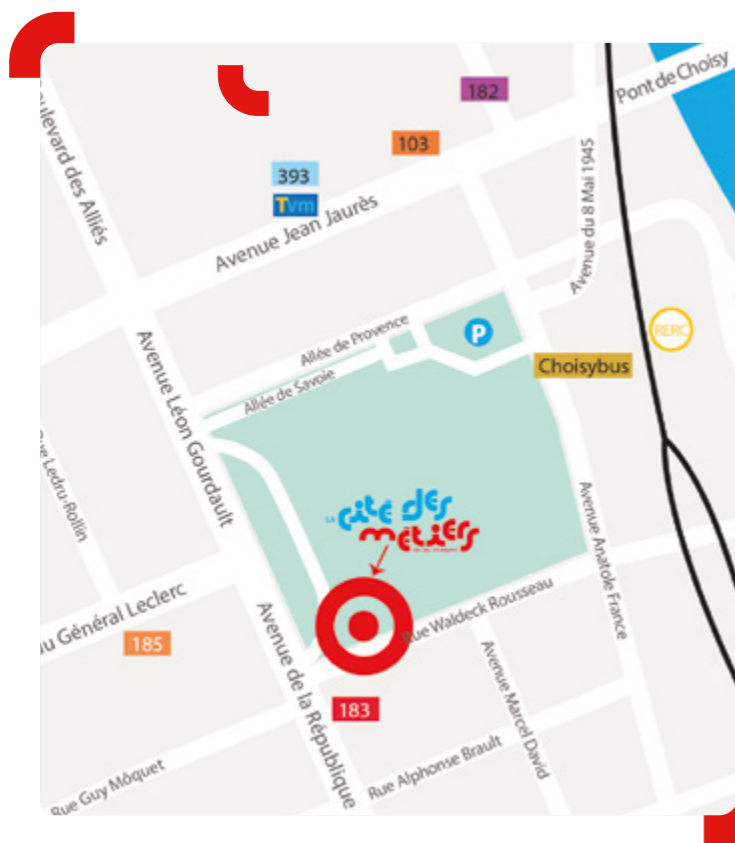
LA **cités des métiers**  
DU VAL DE MARNE

#1

# MÉTIER, FORMATION, EMPLOI, CRÉATION D'ACTIVITÉ

JAN. / FEV. / MAR. 2015

Réseau  
cités  
des Métiers



## CITÉ DES MÉTIERS DU VAL-DE-MARNE

14, rue Waldeck-Rousseau  
94 600 Choisy-le-Roi  
01 48 92 49 00  
contact@citedesmetiers-valdemarne.fr  
[www.citedesmetiers-valdemarne.fr](http://www.citedesmetiers-valdemarne.fr)



## Informations pratiques

**RER C:** station Choisy-le-Roi  
**RER D:** station Créteil-Pompadour  
**Bus 183:** arrêt Waldeck-Rousseau  
**Bus 185:** arrêt Général-Leclerc  
**BUS TVM, 393, 182, 103:** arrêt Choisy-le-Roi RER

**Ouvert à tous du lundi au vendredi en libre accès**  
le lundi : 9 h 30 - 12 h 00 / 13 h 00 - 17 h 00  
du mardi au vendredi : 13 h 00 - 17 h 30  
Accessible aux personnes à mobilité réduite

## FAISONS AVANCER VOS PROJETS



La Cité des métiers du Val-de-Marne est un lieu d'information gratuit et ouvert à tous les publics, pour trouver des réponses à l'ensemble de vos questions sur la vie professionnelle.

## S'ORIENTER, SE FORMER, ÉVOLUER PROFESSIONNELLEMENT

Découvrir des métiers, trouver la formation qui vous convient, vous réorienter, vous reconverter, changer de métier ou reprendre une formation, valider vos acquis et vos compétences, vous lancer dans l'alternance ou l'apprentissage, etc.

## ORGANISER SA RECHERCHE D'EMPLOI

Améliorer vos techniques de recherche d'emploi et de stage, avoir les bons réflexes, savoir identifier les bons interlocuteurs, connaître les métiers qui recrutent, etc.

## CRÉER/REPRENDRE UNE ACTIVITÉ

Identifier les démarches à mener, trouver des financements, trouver les interlocuteurs qui sauront vous accompagner, etc.

## PARTICIPER À DES ÉVÉNEMENTS

Pour vous aider à faire vos choix, la Cité des métiers organise, avec l'ensemble de ses partenaires, un grand nombre de réunions d'information, de moments d'immersion, de rencontres, et de découverte des dispositifs. Pour avancer concrètement sur vos projets, elle vous propose également une variété d'ateliers pratiques en petits groupes.

L'accès aux événements se fait par inscription, depuis le site internet ou sur place.

## Découvrir des métiers

### Les métiers du froid



Créer le froid ou le maintenir... une préoccupation forte pour de nombreuses entreprises. Venez découvrir le secteur très porteur du froid, au cours d'une visite mêlant rencontre de professionnels et découverte de plateaux techniques.  
> Jeudi 15 janvier matin, au centre de formations industrielles d'Orly

### Les métiers de l'entreprise Orange

Le très haut débit fixe et mobile, les nouveaux usages et les attentes des clients dans l'univers numérique transforment les métiers. Découvrez les nombreux métiers de la société Orange, notamment ceux liés à la fibre.  
> Jeudi 22 janvier matin

### Les métiers de l'industrie

À l'occasion de la semaine de l'industrie, zoom sur un secteur qui représente plusieurs dizaines de milliers d'emplois sur le territoire, avec de nombreuses opportunités de recrutement et d'emploi, dans des métiers et entreprises très variés.  
> Du 30 mars au 5 avril

### Les métiers de l'hôtellerie, de la restauration et les métiers de bouche



Venez découvrir trois secteurs d'activité dynamiques qui ont pour point commun de représenter un véritable savoir-faire à la française. Venez découvrir tous ces métiers, leurs débouchés, les perspectives d'emploi qu'ils proposent (un emploi sur trois dans ce secteur se trouve en Île-de-France). En présence de nombreux professionnels (organismes de formation, agences emploi, chefs d'entreprise, etc.).  
> Mercredi 18 mars après-midi

### Les métiers d'une plateforme aéroportuaire

Exploitation, commerce, environnement, logistique... une plateforme aéroportuaire, ce sont des dizaines de métiers, parfois méconnus.  
> Mercredi 11 février après-midi

### ERDF : les métiers techniques au féminin

Qui a dit que les métiers techniques étaient réservés aux hommes? La preuve dans cette filiale d'EDF qui cherche à favoriser la mixité dans ses métiers. Pourquoi pas vous, mesdames?  
> Lundi 9 mars après-midi

### Les métiers de l'artisanat

À l'occasion de la semaine de l'artisanat, venez découvrir les métiers de la première entreprise de France!  
> Du 16 au 21 mars

## Connaître ses droits

### Informations juridiques sur le droit du travail



Contrat de travail, droits, congés, départ de l'entreprise... pour toute question sur vos droits au sein de l'entreprise, venez rencontrer un conseiller au cours d'un rendez-vous individuel.  
> Deux jeudis matin par mois  
Prendre rendez-vous au 01 48 92 49 00

### Se former et évoluer dans le domaine de l'économie sociale

Salariés et employeurs du secteur de l'économie sociale et solidaire: pour mieux comprendre vos droits et devoirs en matière de formation, venez rencontrer votre organisme de référence au cours d'une permanence sur rendez-vous.  
> Salariés et employeurs: une demi-journée par mois  
> Salariés: une journée par mois  
Prendre rendez-vous au 0820 205 206

### Le bilan de compétences

Le bilan de compétences permet à un salarié de faire le point sur ses compétences, aptitudes et motivations et de définir un projet professionnel ou de formation. Découvrez si ce dispositif est fait pour vous et comment l'activer.  
> Lundi 12 janvier matin

### Validation des acquis de l'expérience (VAE): votre expérience vaut un diplôme

Des conseillers vous expliquent les démarches à effectuer, à qui s'adresser pour votre projet, etc.  
> Deux lundis par mois  
Prendre rendez-vous au 01 57 02 67 46



### L'offre de l'AFPA

C'est l'un des organismes certificateurs de la VAE: découvrez les 280 titres professionnels proposés par l'AFPA.  
> Mercredi 21 janvier matin

### Comprendre les dispositifs de formation professionnelle

Pour y voir plus clair sur les dispositifs existants en matière de formation professionnelle, et se faciliter la recherche de formations.  
> Un atelier par mois en février et en mars

## Réussir sa création d'activité

### Définir son projet

Une entreprise a plus de chances de réussir si son projet a été bien ficelé en amont. Alors, visitez toutes les étapes menant à la réalisation de votre projet.  
> Un lundi matin par mois

### Conduire son projet

Vous avez une idée concrète de votre projet d'entreprise. Testez-le, et validez-le, grâce à un dispositif de couveuse.  
> Un lundi matin par mois

### Création d'entreprise ou d'association: et si vous vous lanciez?

Avant de vous lancer, découvrez les grands enjeux de la création d'une entreprise ou d'une association.  
> Deux mercredis après-midi par mois

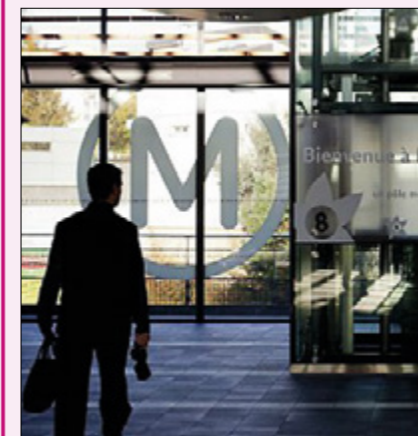
### Le portage salarial: alternative à la création d'entreprise

Venez découvrir comment exercer vos missions en indépendant sans avoir besoin de créer une entreprise.  
> Mardi 3 février après-midi



## Ateliers emploi

### Transports en commun: mode d'emploi



Pour le travail, prendre les transports est souvent nécessaire. Au cours d'un atelier mobilité, nous vous expliquons comment les utiliser facilement.  
> Un mardi par mois

### Bien préparer son entretien de recrutement

Préparez-vous à construire vos argumentaires et à répondre aux questions les plus courantes.  
> Deux ateliers en janvier et un en février

### Simulation d'entretien de recrutement

Mettez-vous dans les conditions d'un recrutement, pour mieux réussir vos prochains entretiens!  
> Un atelier par mois

### Savoir communiquer par son image

Habillage, expressions, gestuelles, posture, mots... travaillez sur votre façon de communiquer, à travers un atelier de mises en situation.  
> Jeudi 26 mars matin

### Rédiger un CV efficace

Le CV est un document important pour un recrutement. Nous vous aidons à le construire pour mettre toutes les chances de votre côté!  
> Deux ateliers par mois

### Rédiger une lettre de motivation qui retient l'attention

Avec le CV, la lettre de motivation est un document demandé par tous les recruteurs. On vous aide à soigner cette lettre et à donner envie aux recruteurs de vous rencontrer!  
> Deux ateliers par mois

### Convaincre son futur employeur en cinq minutes

La plupart des recruteurs fondent leur impression sur un candidat au cours des cinq premières minutes de l'entretien d'embauche. On vous donne des conseils pour réussir ces premiers moments...  
> Un atelier par mois

### Les nouvelles formes de recrutement

Est-ce la fin du CV et de la lettre de motivation? Recrutement par simulation, CV video ou web-dating: venez découvrir ces nouvelles méthodes et ce qu'elles peuvent vous apporter.  
> Un atelier par mois pour les entreprises et le grand public

### Comment trouver un emploi sur le MIN de Rungis

De nombreuses opportunités d'emploi, des offres cachées, des postes qui restent vacants... découvrez le mode de fonctionnement du MIN de Rungis et préparez-vous à y travailler!  
> Mercredi 14 janvier matin

### Bien utiliser internet pour sa recherche d'emploi

Pour soigner son image, se renseigner sur les entreprises et candidater, l'apport des technologies est indispensable.  
> Mardi 17 mars matin

## Formations, recrutements

En fonction de l'actualité, des besoins de recrutement des entreprises, de l'ouverture de places de formations, la Cité des métiers est amenée à vous proposer d'autres événements et opportunités dans son programme.

Pour en être informé, n'hésitez pas à vous rendre régulièrement sur notre site:

<http://citedesmetiers-valdemarne.fr>, à vous abonner à notre lettre d'information ou à nous suivre sur les réseaux sociaux.



01 48 92 49 00  
[www.citedesmetiers-valdemarne.fr](http://www.citedesmetiers-valdemarne.fr)