

# DIGITELLES



## PUBLIC & PRE-REQUIS



Cette formation s'adresse aux femmes désireuses de booster leur recherche d'emploi par l'acquisition des bases numériques et digitales attendues sur les postes de travail et de s'orienter vers les métiers du numérique OU très impactés par le numérique.

Cette formation est accessible aux demandeurs d'emploi, aux salariés CDD d'insertion ou aux bénéficiaires du Contrat Unique d'Insertion.

Les personnes visées doivent savoir lire, écrire et parler le français et ne pas être en situation d'illettrisme.

## OBJECTIFS

Cette formation permet de :

- Favoriser le retour à l'emploi
- Acquérir une meilleure connaissance de l'évolution des métiers sur le bassin d'emploi
- Communiquer à l'oral et à l'écrit
- Reprendre confiance en soi, pour donner envie d'aller plus loin dans l'exploration du monde numérique.
- Se familiariser, étape par étape et sans angoisse, avec le numérique et ses usages, et manipuler les équipements.
- Acquérir le socle minimum de compétences numériques pour être employable
- Faire du numérique un atout pour sa recherche d'emploi, et non plus un frein
- Valider ses compétences par le certificat ICDL DIGITAL CITIZEN



### CONTACTS

secretariat.14@trajectio.fr  
☎ 02 31 47 40 40

### LIEU

#### Calvados

Maison des services Val ès Dunes  
bis, route de Paris 14370 Bellengreville

#### Orne

Trajectio - 16 rue Durmeyer - 61100 Flers

### NOMBRE DE PLACES : 12

### DUREE et DATES DE LA FORMATION :

399 h dont 364 h en centre et 35 h en entreprise  
Démarrage fin août pour le Calvados et septembre pour l'Orne (dates à confirmer)

### RYTHME HEBDOMADAIRE :

5 jours en présentiel – 7 h/jour soit 35 h

### DUREE

3 mois

### FINANCEMENT

OPCO EP  
Cette formation est rémunérée

### POLITIQUE HANDICAP

Nos référents handicap vous accompagnent pour adapter les moyens à la réussite de votre formation

# CONTENUS DE LA FORMATION

## Module apprendre à apprendre

- Optimiser ses conditions d'apprentissage en réactivant sa mémoire, son attention, le raisonnement logique, etc...)

## Module numérique

- Connaissance des évolutions et enjeux du numérique
- Les bases de l'ordinateur
- Les bases de la bureautique : Traitement de texte Word - Tableur Excel - Présentation PowerPoint et Canva - Traitement de l'image Gimp
- Créer et diffuser des documents numériques simples (textes, tableaux, présentations, images, vidéos...)
- Internet et la messagerie - les démarches en ligne, l'identité numérique - Les moteurs de recherche, l'évaluation de l'information
- Sensibilisation à la cybersécurité - Le respect des libertés individuelles sur Internet
- Réseaux sociaux - communiquer et constituer son réseau - E-communication
- Les outils de travail collaboratif : Teams, Office 365,...
- Manipuler différents supports numériques
- Connaître l'impact du numérique et du digital sur les métiers et avoir une bonne connaissance de l'écosystème numérique local

## Connaissances Générales

- Communiquer en français à l'oral et à l'écrit
- Utiliser les nombres dans son contexte professionnel

## Projet Professionnel

- Connaissance de l'environnement et des entreprises du territoire (visites)
- Diversification des choix professionnels
- Insertion professionnelle, techniques de recherche d'emploi, prospection - Méthode JOB CLUB
- Applications numériques utiles pour la recherche d'emploi - Expérimenter les nouveaux outils de recrutement
- Savoir communiquer et être visible par les employeurs
- Stage pratique d'une semaine en entreprise
- Image de soi

## Bien-être au travail

- Connaissance de soi
- Gestion du stress
- Sécurité au travail

## Certification des compétences acquises

- Validation des compétences acquises en formation par la certification ICDL DIGITAL CITIZEN
- En fonction du projet professionnel et du niveau des participantes, les certifications CléA et/ou Voltaire et/ou ICDL bureautique pourront être proposées.

# MODALITES PEDAGOGIQUES

- Utilisation du numérique tout au long de la formation
- Une formatrice référente répond aux problématiques individuelles.
- Pédagogie individualisée pour tenir compte des acquis de chaque stagiaire.
- Pédagogie de l'orientation basée sur la reconnaissance des compétences acquises et à l'élargissement des choix professionnels
- Echanges d'expériences entre participants, mises en situation
- Rencontres avec des professionnels (interventions, visites)
- Appui à la recherche d'emploi