

Cap Métiers lance

SORS DE CHEZ TOI
Le coworking solidaire pour les étudiant(es)

Nous vous accueillons pendant
les heures d'ouverture au public

#SORSDECHEZTOI, C'EST...

...pour toi, un lieu de travail mais également d'échanges, de partages en toute autonomie,...

C'EST AUSSI
SI TU LE SOUHAITES...

...des ateliers animés, gratuitement et sur RDV par une équipe de professionnel(le)s, chef(fe)s d'entreprise, DRH, consultant(e)s qui s'engagent de façon citoyenne auprès des étudiant(e)s.

Des ateliers sur...



MON PROJET

« Les cafés RH »

Réfléchis à ton projet professionnel avec une aide à la relecture de ton CV et de ta lettre de motivation, trouve des pistes pour contacter des entreprises, te présenter, gérer tes recherches, et t'organiser dans ton travail...

« Je crée donc je suis »

Créations autour de l'image, du témoignage et de l'écriture...



BIEN-ÊTRE

« Envie de bouger »

Marche active ou footing, RDV pour bouger et partager des moments sportifs en groupe .

« Ma Zen attitude »

Prends soin de toi et viens découvrir la méditation, l'écoute de soi, la maîtrise de ta respiration... en groupe et en extérieur.

«Besoin de me booster»

Cette crise sanitaire commence à te peser, tu te sens un peu seul(e) et stressé(e), besoin de sortir de chez toi ? Viens te changer les idées en rencontrant d'autres étudiants et des professionnel(le)s avec qui échanger et partager ton expérience en groupe ou en individuel.

RDV sur www.cap-metiers.fr pour t'inscrire aux ateliers.

Des professionnel(le)s pour vous accompagner...

Marissa Lepape - Psychologue, Contrôleur de Sécurité Service Risques Professionnels | CARSAT Aquitaine
Karine Fabre - Dirigeante d'entreprise | Voltéo France
Aurélié Agostini - Psychologue du travail et des organisations | Alter & Sens
Chantal Villotta Germain - Consultante RSE, RH et Santé Qualité de Vie au Travail | R&H Conseils
Elodie Caillaud - Consultante en qualité de vie au travail et développement personnel | Coorélations
Helena Dugenet - DRH Aquitem | Alienor
Clara Erjavec - Fasciathérapeute, Masseuse-Kinésithérapeute, Thérapeute manuel et viscéral
Hélène Marty - DRH Nepteam | Couch
Cristelle Rolland - Fondatrice Au petit carrelet
Adeline Masson - Formatrice, ergonome et actuellement intervenante en Master Solidarités Internationales | L'Institut Catholique de Paris.
Basile Alonso - Chef de projet d'analyse de données sur les produits informatiques | IBM Global Procurement
Séverine Honoré - Chargée de projet RH - Emploi et compétences - MEDEF Gironde