


Proposition de programme

Parcours Co-Explo Alternance

Mission Locale de Paris x Activ'Action

Ce programme Co-Explo est un accompagnement collectif de 4 semaines pour aider des jeunes à structurer et mettre en action leur projet d'alternance.

ATELIER 1 – Création du groupe

 17 Vendredi 10 avril 14h-17h


 Mission Locale Soleil

 Animation : Activ'Action


Objectifs pédagogiques :

- Créer un climat de confiance et favoriser la cohésion du groupe
- Comprendre le cadre, les objectifs et le déroulé du parcours
- Permettre à chacun-e d'exprimer ses intentions et attentes
- Identifier sa place dans le groupe et expérimenter la pédagogie Activ'Action

ATELIER 2 – Comprendre l'alternance

 17 Lundi 13 avril 14h-17h


 Mission Locale Soleil

 Animation : Mission Locale (Christian Richter) + Activ'Action


Objectifs pédagogiques :

- Comprendre le cadre de l'alternance (types de contrats, droits et devoirs)
- Identifier les secteurs porteurs et les besoins en recrutement à Paris
- Repérer les entreprises et dispositifs locaux mobilisables
- Se projeter dans une recherche d'alternance adaptée à son profil

VISITE – Forum de l'alternance

 17 Mardi 14 avril (matin)


 Cité des sciences et de l'industrie

 Organisation : Mission Locale


Objectifs pédagogiques :

- Découvrir des opportunités concrètes en alternance
- Rencontrer des recruteurs et centres de formation
- S'entraîner à se présenter dans un contexte professionnel
- Développer son réseau

ATELIER 3 – Clarifier son projet

 17 Vendredi 17 avril 14h-17h

 Mission Locale Soleil

 Animation : Activ'Action


Objectifs pédagogiques :

- Clarifier son projet professionnel à partir de ses motivations
- Identifier ses critères et son environnement de travail idéal
- Formaliser ses pistes de projet
- Construire un plan d'action concret avec indicateurs de réussite

ATELIER 4 – Rebondir face aux obstacles

 17 Lundi 20 avril 9h30-12h30

 Mission Locale Soleil

 Animation : Activ'Action

Objectifs pédagogiques :

- Dépasser les freins liés à la recherche d'emploi ou de formation
- Déconstruire les représentations liées à l'échec
- Identifier des stratégies pour faire face aux obstacles
- Renforcer la confiance en soi et valoriser ses apprentissages

ATELIER 5 – Valoriser ses compétences

 17 Mardi 21 avril 9h30-12h30

 Mission Locale Soleil

 Animation : Activ'Action

Objectifs pédagogiques :

- Identifier et valoriser ses compétences et ressources
- Faire le lien entre expériences personnelles et compétences professionnelles
- Développer sa créativité et sa capacité à travailler en groupe
- Se projeter dans des environnements professionnels motivants

ATELIER 6 – Mobiliser ses compétences en équipe

 17 Vendredi 24 avril 14h-17h

 A confirmer


 Animation : Activ'Action

Objectifs pédagogiques :

- Développer ses compétences via des activités collectives et ludo-sportives
- Renforcer la cohésion de groupe et le bien-être
- Identifier les compétences mobilisées (communication, adaptabilité, etc.)
- Faire le lien avec sa recherche d'emploi

ATELIER 7, 8 et 9 – Techniques de recherche d'emploi

 17 Lundi 27 avril 14h-17h + Mardi 28 avril 14h-17h + Mercredi 29 avril 14h-17h

 Mission Locale Soleil

 Animation : Mission Locale (Marie-Prudence Kopgang) + Activ'Action

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les attentes du marché de l'emploi
- Apprendre à cibler des offres et structurer sa recherche
- Identifier des stratégies de candidature efficaces

ATELIER 10 – Prendre la parole en public

 17 Jeudi 30 avril 9h30-12h30


 Mission Locale

 Animation : Activ'Action

Objectifs pédagogiques :

- Renforcer ses compétences de prise de parole en public et son argumentation
- Expérimenter des techniques inspirées du théâtre (voix, regard, posture, intonation)
- Construire et présenter un pitch personnel aligné avec son parcours et son projet
- Recevoir des retours du groupe pour améliorer sa présentation

ATELIER 11 – Se préparer aux entretiens

 17 Mardi 12 mai 14h-17h


 Mission Locale Soleil

 Animation : Activ'Action + Mission Locale (Marie-Prudence Kopgang)

Objectifs pédagogiques :

- Se préparer aux entretiens de recrutement
- Identifier les questions fréquentes et s'y entraîner
- Formuler ses propres questions
- Découvrir des outils innovants (simulation, IA)

ATELIER 12 – Bilan et valorisation du parcours

 17 Mercredi 13 mai 14h-17h

 Mission Locale Soleil

 Animation : Activ'Action

Objectifs pédagogiques :

- Faire le bilan des apprentissages et des avancées
- Valoriser les réussites individuelles et collectives
- Renforcer la confiance et la dynamique positive
- Formaliser les prochaines étapes