

## MONTPELLIER ANTIGONE

### L'ÉTÉ DÉCALÉ

## JUILLET - AOÛT 2024

**RADIO AVIVA**

Informations et inscriptions auprès de la  
Maison de l'Orientation



### JUILLET

#### VENEZ TESTER VOTRE CRÉATIVITÉ ET RENFORCER VOTRE CONFIANCE EN VOUS !

S'exprimer librement à travers le mouvement et la voix.

**Mercredi 3 Juillet**

9h-12h

Tout public

#### ENTRAÎNEZ-VOUS À L'ART DE BIEN VOUS PRÉSENTER

Se démarquer dans sa présentation grâce aux conseils d'un comédien

**Judi 11 Juillet**

9h-12h

Tout public

#### DES PODCASTS MÉTIERS EN TOUTE DÉTENTE !

Installez-vous dans les transats pour une écoute instructive avec Radio Aviva !

**Du Mardi 16 Juillet au Vendredi 19 Juillet**

Toute la journée

Tout public

#### DÉTENDEZ-VOUS AVEC LA RÉFLEXOLOGIE PALMAIRE

Une réflexologue sera là toute la journée pour vous faire découvrir cette pratique.

**Mardi 16 Juillet**

Toute la journée

Tout public

#### PARTICIPEZ À UN ATELIER DE MUSICOTHÉRAPIE

Quand les sons permettent de (se) découvrir, d'explorer et de se relier !

**Mardi 16 Juillet**

10h-12h

Tout public

#### VENEZ DÉCOUVRIR DES MÉTIERS EN VOUS AMUSANT

Approche ludique de la découverte des métiers

**Mercredi 17 Juillet**

10h-12h

Tout public

#### QUAND L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE VOUS FAIT EXPLORER D'AUTRES VOIES !

Mon Parcours Formation Métiers : un outil innovant pour découvrir d'autres métiers possibles !

**Mercredi 17 Juillet**

14h-16h

Tout public

#### ATELIER « JEUX M'ORIENTE »

Jeux et ressources autour de l'orientation pour les jeunes

**Judi 18 Juillet**

10h-12h

Collégiens

### AOÛT

#### PARTICIPEZ À UN ATELIER DE MUSICOTHÉRAPIE

Quand les sons permettent de (se) découvrir, d'explorer et de se relier !

**Mardi 20 Août**

10h-12h

Tout public

#### VENEZ DÉCOUVRIR DES MÉTIERS EN VOUS AMUSANT

Approche ludique de la découverte des métiers

**Mercredi 21 Août**

10h-12h

Tout public

#### APPRENEZ À VOUS RELAXER DANS UN ATELIER POSTURE ET RESPIRATION !

Réduire son stress et améliorer sa concentration

**Mardi 27 Août**

10h-12h

Tout public

#### VENEZ DISCUTER DE VOTRE PARCOURS PROFESSIONNEL AUTOUR D'UN CAFÉ !

Vous êtes perdu.e dans les méandres de votre projet ? Vous stagnez ? Ou au contraire vous avez trouvé votre voie ? Parlons-en !

**Mercredi 28 Août**

10h-12h

Tout public



### VOS RENDEZ-VOUS HABITUELS !

#### ATELIER « ORIENTATION »

Vous êtes dans une démarche de projet professionnel, de parcours d'orientation ou de reconversion ? Participez à un atelier animé par une chargée d'information de la Maison de l'Orientation.

Plusieurs créneaux par semaine

Tout public

#### FAIRE LE POINT SUR VOTRE SITUATION & ÉTABLIR UN PROJET D'ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE

Venez rencontrer un **Conseiller en Évolution Professionnelle**. Informations et prise de RDV au 09 72 01 02 03

Du lundi après-midi au vendredi

Salarié.e.s,  
intérimaires,  
indépendant.e.s

#### TRANSFORMER VOTRE EXPÉRIENCE EN DIPLÔME

Venez rencontrer un **conseiller de l'espace conseil validation des acquis de l'expérience (VAE)**. Informations et prise de RDV au 0 800 00 73 73.

**Vendredi 12 Juillet**

9h-12h30

Tout public

**MÉTIERS**  
FORMATIONS  
ÊTRE  
**guidé.e**  
POUR CHOISIR  
SON AVENIR

**MAISON DE L'ORIENTATION MONTPELLIER ANTIGONE**

185 allée du Nouveau Monde, 34000 Montpellier

Tram : Ligne 1 Arrêt Antigone | 04 67 22 91 60

maisondelorientation.montpellier@laregion.fr | laregion.fr/maisons-orientation -



MON

**ORIENTATION**

**c'est la Région !**

