



GRE (groupe de recherche d'emploi):

Lors des GRE (lundis et mercredis de 9h à 12h), vous effectuerez vos recherches d'emploi de façon autonome à l'aide des outils suivants : Internet, journaux, bottins spécialisés, etc. Deux conseillers sont disponibles pour vous aider dans vos démarches et répondre à vos questions.

GRE (Job search group):

During the Job search group (Monday's and Wednesday's from 9 to 12), you will individually do your job search using the following tools: Internet, news papers, specialized directories, etc. Two counsellors are available to help you with your work and any questions you have.

Café ressources:

Il s'agit d'un local accessible aux participants du programme du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30 (fermé de 12h00 à 13h00). Vous pouvez poursuivre vos recherches d'emploi et échanger avec d'autres personnes. Ordinateurs, téléphone, et divers outils sont à votre disposition.

Resources café:

It is a room accessible to the participants of the program, Monday to Friday from 8:30 a.m. to 4:30 p.m. (Close between 12 p.m. and 1 p.m.) You can continue your job search and exchange ideas with others. Computers, telephone and other tools are at your disposal.

Atelier : Le marché caché (In French only*)

Les participants verront les stratégies gagnantes de recherche d'emploi (le marché caché et le suivi).

Atelier : La sollicitation téléphonique (In French only*)

Les participants approfondiront le marché caché en utilisant comme stratégie la sollicitation téléphonique.

Atelier : La gestion du stress (In French only*)

Certaines étapes importantes à vos démarches de recherche d'emploi vous causent de l'anxiété (entrevues d'embauche, sollicitation téléphonique, début d'un nouvel emploi, etc.) ! Cet atelier vous aide à cibler vos sources de stress et à tenter de trouver une méthode adaptée à vos besoins afin de diminuer votre anxiété.

Atelier: Lettre de présentation (In French only*)

Les participants apprendront les notions nécessaires à la rédaction de la lettre de présentation.

* For the Anglophones, the information can be given by their counsellor in their weekly appointment.

Cours d'initiation à l'informatique / computer course :
(Français et anglais/ French and English)

→ Renseignez-vous auprès de votre conseiller / Ask your counsellor

