



## Trois-en-un



# DYNAMISER SES COMPÉTENCES

## OBJECTIFS

Dans les situations de la vie quotidienne et professionnelle, les connaissances générales sont incontournables. Aussi, nous vous proposons de consolider vos acquis en français, en mathématiques et en communication orale.

## CONTENU / PROGRAMME

### Français :

- Renforcer ses connaissances en orthographe, conjugaison, syntaxe, vocabulaire
- Savoir rédiger un écrit professionnel (CV, lettre de motivation, prise de notes)

### Mathématiques :

- Améliorer ses connaissances (les 4 opérations, les proportions/pourcentages, les conversions, les bases de la géométrie)

### Communication orale :

- Optimiser sa prise de parole (lors d'un entretien, au sein d'un groupe)
- Écoute active, argumentation, gestion du stress

## PUBLIC

Demandeurs d'emploi. *Pour tout autre public intéressé, nous contacter.*

## LIEUX DE FORMATION POSSIBLES :

### AFTEC Formation - Site de Loches

1 rue Viollet le Duc  
37600 Loches

### Site de Chinon

2 rue Bernard Palissy  
37500 Chinon



Formation intégralement financée par la Région Centre-Val de Loire

PARCOURS  
O'CENTRE

La formation  
c'est tout au long  
de la vie

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Chrystel BRUGE ou Marie-Pierre BROSSARD

02 47 59 21 83 - c.bruge@formation-aftec.com

m-p.brossard@formation-aftec.com

