

# NOS 11 ATELIERS

Présentation - 2024

# AIDEQ

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification



03 23 62 71 97



information@aideq.fr



aideq.fr



# DÉCOUVRIR NOS ATELIERS

**CLIQUEZ ICI** >

**01 LA CULTURE**

**02 LE SPORT**

**03 LA METHODE GESTION  
DE PROJET**

**04 L'ATELIER JARDIN**

**05 L'ATELIER BOIS ET  
RECYCLAGE**

**06 L'ATELIER COUTURE**

**07 L'ATELIER COACHING  
EN IMAGE**

**08 L'ATELIER THEATRE**

**09 L'ATELIER CODE DE LA  
ROUTE**

**10 L'ATELIER CUISINE**

**11 L'ATELIER NUMERIQUE**

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification



01

## LA CULTURE POUR :

- Travailler sur l'ouverture à la connaissance, à la curiosité et à la culture générale
- Aborder la communication
- Connaître le patrimoine culturel et historique
- Participation aux différents salons (livre, agriculture, ...)
- Développer le sentiment de citoyenneté
- Connaître le patrimoine institutionnel
- Etc, ...

# AIDÉQ

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification



02

## LE SPORT POUR :

- Travailler sur l'hygiène physique et mentale
- Aborder la communication
- Aborder la cohésion de groupe
- Développer l'esprit d'EQUIPE
- Renforcer la notion de RESPECT
- Travailler sur la notion de règles, consignes
- Renforcer de l'autonomie
- Accepter la différences et la parité
- Apprendre à adopter un autre rythme de vie
- Développer l'esprit de compétitivité
- Développer la résistance physique et dépassement de soi
- Renforcer le sentiment d'autosatisfaction
- Travailler sur la mobilité
- Etc, ...



03

## LA METHODE GESTION DE PROJET POUR :

- Apprendre à apprendre / à entreprendre
- Se projeter dans un projet collectif
- Communiquer et mutualiser ses idées dans un groupe
- Travailler en équipe
- Faire des recherches
- Prendre et respecter un engagement
- Se projeter dans le prise de responsabilités
- Renforcer l'autonomie,
- Etc...

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification



04

## L'ATELIER JARDIN POUR :

- Diversifier les modes pédagogiques
- Aborder les calculs et raisonnement mathématiques
- Lire, comprendre et respecter les règles et consignes
- Aborder la PSE : geste et posture
- Travailler sur l'écocitoyenneté et le respect de l'environnement
- Travailler l'esprit d'équipe et la cohésion
- Aborder les notions d'hygiène alimentaire
- Renforcer l'autonomie
- Découvrir un secteur d'activité

Association d'insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification



05

## L'ATELIER BOIS ET RECYCLAGE POUR :

- Aborder les notions de développement durable
- Comprendre la lecture de plan
- Aborder les calculs et raisonnement mathématiques
- Recycler les matériaux
- Développer l'habileté manuelle
- Travailler l'esprit d'équipe et la cohésion
- Lire, comprendre et respecter les règles et consignes
- Développer l'autonomie
- Cultiver le sentiment d'autosatisfaction
- Découvrir un secteur d'activité



06

## L'ATELIER COUTURE POUR:

- Aborder la PSE : geste et posture
- Renforcer l'autonomie
- Découvrir un secteur d'activité
- Lire et comprendre un plan, un patron, un schéma
- Développer l'habileté manuelle
- Travailler l'esprit d'équipe et la cohésion
- Aborder les calculs et raisonnement mathématiques
- Lire, comprendre et respecter les règles et consignes

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification





07

## L'ATELIER COACHING EN IMAGE POUR:

- Renforcer la confiance en soi
- Développer l'assurance
- Connaître ses atouts et les mettre en valeur
- Se préparer aux entretiens avec les recruteurs
- Atelier actions écocitoyennes
- Lire, comprendre et respecter les règles et consignes
- Renforcer l'autonomie

AIDÉQ

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification



## L'ATELIER THEATRE POUR:

- S'exercer à l'expression et la communication orale
- Travailler sur l'aisance et la prise de parole
- Développer l'assurance
- Travailler la confiance en soi
- Se préparer aux entretiens avec les recruteurs
- Travailler sur sa présentation
- Lire et comprendre
- Renforcer l'autonomie
- Cultiver l'estime de soi
- Soigner sa posture
- S'exercer aux gestes et au positionnement corporel lors d'une prise de parole



09

## L'ATELIER CODE DE LA ROUTE POUR:

- Sensibiliser à la sécurité routière
- Sensibiliser à la mobilité
- Sensibiliser à la prévention routière
- Sensibiliser la conduite responsable
- Accompagner à la préparation du code de la route
- Accompagner à la mise en relation avec les auto écoles pour inscription au permis de conduire

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification



10

## L'ATELIER CUISINE POUR:

- Aborder les calculs et raisonnement mathématiques
- Comprendre la lecture et la compréhension
- Aborder les notions de budget
- Développer l'habileté manuelle
- Aborder les notions d'hygiène et équilibre alimentaire
- Aborder les notions de santé et prévention
- Lire, comprendre et respecter les règles et consignes
- Développer l'autonomie
- Travailler l'esprit d'équipe et la cohésion



## L'ATELIER NUMERIQUE POUR:

- Connaître l'environnement informatique et numérique
- Se familiariser avec l'outil/ les outils informatique
- S'approprier les outils numériques
- Aborder le numérique
- Savoir naviguer sur le Web et faire des recherche
- Connaître les plateformes numériques
- Utiliser les différentes plateformes numérique
- Préparer le CLéA numérique

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification





# AIDEQ

Association d'Insertion pour le Développement  
de l'Emploi et la Qualification

## c'est la clé de votre réussite



03 23 62 71 97



information@aideq.fr



www.aideq.fr