



## [#COVID19] CONFINEMENT La Mission Locale est ouverte

Retrouvez les mails ainsi que les profils Fb de vos conseillers.es sur [le site de la Mission Locale](#)



### Santé

Depuis le **30 octobre**, les déplacements sont interdits sauf dans certains cas. Retrouvez la liste des **déplacements autorisés ici**

Une attestation de déplacement dérogatoire est **obligatoire** pour justifier vos sorties.

#### TÉLÉCHARGEZ VOS ATTESTATIONS

Le port du masque reste **obligatoire**, en complément de l'application des **gestes barrières**.

#### ○ TÉLÉCHARGEZ TOUSANTI COVID

**Soyez alerté ! Et alertez les personnes en cas d'exposition au virus.** L'application TousAntiCovid, gratuite, vous informe si vous avez été en contact avec une personne testée positive à la COVID-19 et accélère votre prise en charge. A télécharger sur :

● [l'App Store](#)

● [Google Play](#)

Ou flashez le  
QRCode ci-contre

#Tous  
AntiCovid



#### ○ COMMENT VOUS PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES ?

- Lavez-vous les mains très régulièrement
  - Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir
  - Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le
  - Saluez sans serrer la main, arrêtez les embrassades
- [Appel gratuit 24h/24 : 0 800 130 000](http://Appel gratuit 24h/24 : 0 800 130 000)  
[gouvernement.fr/info-coronavirus](http://gouvernement.fr/info-coronavirus)

#### ○ DES SYMPTÔMES ? QUE FAIRE ?

Dès l'apparition de symptômes, même de faible intensité, contactez votre médecin !

**Même s'ils ne vous semblent pas graves, ces symptômes peuvent signifier que vous avez contracté le virus.**

Appelez votre médecin sans attendre  
**ou le 116 117** (numéro gratuit, 24h/24)

Le médecin vous prescrira un test si besoin. En attendant le rendez-vous, évitez les contacts avec les autres.

#### ○ DÉPISTAGE

Gratuit et sans ordonnance, des centres de dépistage sont proposés dans l'agglomération :  
[normandie.ars.sante.fr](http://normandie.ars.sante.fr)

Munissez-vous de vos **carte d'identité** et **carte vitale**.



### Mal-être

#### ○ POINT ECOUTE JEUNES

Souffrance, timidité, stress, mal-être, violences subies... Vous n'êtes pas seul.e ! Parlez-en avec notre psychologue.

[Contactez votre conseiller.e de la Mission Locale](#)

#### ○ VOUS VIVEZ MAL LE RECONFINEMENT ?

Appelez un psychologue de Terra Psy entre 9h et 12h30 ou entre 13h30 et 17h du lundi au vendredi.

**Numéro Vert 0 805 383 922**

Les consultations en français, anglais ou arabe sont gratuites, anonymes et confidentielles.

Informations pratiques sur le site internet de l'association <http://www.terrapsy.org>

#### ○ GARDEZ LE CONTACT !

En ces temps de confinement, n'oubliez pas d'appeler vos proches, prenez des nouvelles ! Pour passer des appels visio :

- [discord](#) (disponible en application sur mobile, PC mais aussi directement sur navigateur web)
- [skype](#)
- [messenger](#) (La solution de discussion instantanée de Facebook)
- [hangouts](#)
- [duo.google](#) (application mobile et pc à télécharger)



### Violences

#### ○ LE CONFINEMENT N'AUTORISE PAS :

- à dévaloriser
- à taper
- à insulter
- à imposer un rapport sexuel

#### ○ VICTIME OU TÉMOIN DE VIOLENCE

Si vous entendez des hurlements chez vos voisins ou si vous êtes vous-même en danger, appelez le **17**. Si vous connaissez une femme victime de violences, proposez lui d'appeler le **3919** (de 9h à 18h en semaine).

Utilisez le CHAT avec la police : [bit.ly/2KRakIk](https://bit.ly/2KRakIk)

Faites du bruit, criez, tapez sur les murs : un voisin peut/doit alerter la Police. Si vous parvenez à sortir, les pharmacies accueillent les victimes de violences intrafamiliales pour alerter.

Les associations à contacter :

- le Pôle d'Accueil Violences Intra-Familiales PAVIF tél.: **02.35.71.26.01** de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h du lundi au vendredi;
- le Centre d'information sur le Droit des Femmes et des Familles (CIDFF) tél.: **02.35.63.99.99** (informations juridiques)



### Besoin d'aide

#### ○ CONSTRUISONS ENSEMBLE VOTRE PARCOURS VERS L'EMPLOI ET L'AUTONOMIE

Vous souhaitez être aidé.e pour construire votre projet de vie, obtenir des conseils pour votre orientation, vos recherches d'emploi, de formation, de logement, résoudre un problème de santé, de transport ? Votre Conseiller vous propose un Parcours d'Accompagnement Contractualisé vers l'Emploi et l'Autonomie (PACEA). En fonction de votre situation, une allocation financière pourra vous être versée.

[Pour en savoir plus, contactez votre conseiller.e](#)

#### ○ INTÉGREZ LA GARANTIE JEUNES

Vous souhaitez vous investir pour trouver un emploi : la Garantie jeunes est peut-être la solution ! Vous serez aidé.e dans vos recherches d'emploi et une allocation de 497 € par mois vous sera versée.

[Vous êtes tenté.e ? Contactez votre conseiller.e](#)

#### ○ PROFITEZ DU PARRAINAGE

Vous avez besoin d'aide pour trouver l'emploi de votre choix ? Demandez à être parrainé.e par un professionnel bénévole salarié d'une entreprise de l'agglomération. Votre parrain vous proposera de partager avec vous son expérience et ses conseils, d'organiser vos démarches vers les employeurs, de préparer vos entretiens d'embauche.

[Vous êtes tenté.e ? Contactez votre conseiller.e](#)



### Soutien financier

#### ○ AIDES À LA FORMATION

Pourquoi ne pas suivre une formation ? Vous toucherez une rémunération de 652€ par mois et une avance de 200€ dès l'entrée en formation, plus :

- Une aide pour vos déplacements (de 0 à 5 km : 50€, de 5 à 20 km : 100€, de 20 à 50 km : 150€, plus de 50 km : 250€)
- Une aide aux parents isolés de 70 € par enfant de moins de 12 ans
- Une aide à l'équipement allant jusqu'à 500 €
- Une aide au permis de conduire allant jusqu'à 600 € dans certaines formations qualifiantes

[Vous êtes intéressé.e ? Contactez votre conseiller.e](#)

#### ○ ALLOCATION GARANTIE JEUNES ET PACEA

Des allocations financières sont prévues par ces deux dispositifs pilotés par la Mission Locale. Reportez-vous à la rubrique « [Besoin d'aide](#) »



## Soutien financier

### FONDS D'AIDE AUX JEUNES

Le Fonds d'Aide aux Jeunes FAJ est destiné aux jeunes de 18 à 25 ans en grande difficulté sociale. Il apporte une aide financière individuelle pour un secours temporaire face à un besoin urgent. **Vous rencontrez une difficulté, contactez votre conseiller.e**

### MICROCRÉDIT PERSONNEL

Vous avez un projet qui vous tient à cœur et vous cherchez un financement ? Pensez au microcrédit personnel. Il est destiné aux personnes aux revenus trop faibles ou dont la situation professionnelle fragile ne permet pas d'obtenir un prêt bancaire classique. **Vous êtes intéressé.e ? Contactez votre conseiller.e**

### 1000€ POUR 1000 STAGES

Vous êtes étudiant.e boursier.e ? Une aide exceptionnelle de 1000€ est versée par le FAJ aux entreprises pour vous accueillir en stage de plus de deux mois dans le cadre de l'année universitaire 2020/2021. Réunissez les documents listés [ici](#) et contactez un.e conseiller.e : [missionlocalerouen.fr/contact](http://missionlocalerouen.fr/contact)



## Formation

### OPTEZ POUR LA FORMATION

Vous êtes prête à apprendre pour augmenter vos connaissances et vous qualifier ? De nombreuses formations sont proposées par la Région Normandie. La rémunération est de 652€ par mois. **Prenez contact avec votre conseiller.e**

### INSCRIPTION EN FORMATION

Le recrutement et positionnement des candidats aux formations est toujours ouvert par les organismes. **Contactez votre conseiller.e**

### LE SAVIEZ-VOUS ?

L'obligation de formation vous concerne si vous avez plus de 18 ans : c'est une priorité d'accès à la qualification pour les jeunes mineurs. **Prenez contact avec votre conseiller.e**

### DISPOSITIF JEUNES DIPLÔMÉS

Vous avez moins de 30 ans, vous avez obtenu un diplôme Bac +2 ou plus en 2020 et le contexte sanitaire freine votre accès à l'emploi ? Entre formation et immersion en entreprise, une rémunération de 652€ sera versée par la Région Normandie. **Plus d'infos sur : [dispositif-jeunes-diplomes](#)**

### CAP LIRE ECRIRE COMPTER

Lire, écrire et compter, c'est utile dans les pratiques professionnelles et dans les actes de la vie quotidienne. Vous souhaitez développer vos compétences de base ? Pour en savoir plus, regardez la vidéo [www.youtube.com/watch?v=RV2ZxsFmQNA](http://www.youtube.com/watch?v=RV2ZxsFmQNA) **Contactez votre conseiller.e**



## Ateliers emploi

### SIMULATION D'ENTRETIEN D'EMBAUCHE

Préparez votre recrutement avec un professionnel bénévole salarié d'une entreprise de l'agglomération.

**Sur rdv mercredi 14 décembre**

Mission Locale, 33 avenue Champlain, Rouen  
**Contactez votre conseiller.e**

### ON T'AIDE POUR TES PAPIERS

Bénéficiez d'une aide pour réaliser vos démarches administratives : compte Améli, inscription au permis de conduire, pièce d'identité...

**Tous les lundis de 9h à 12h**

Sur inscription ; **Contactez votre conseiller.e**

### QUESTIONNER ET VIVRE SES VALEURS AU TRAVAIL

Vous vous interrogez sur le sens de votre travail ? Engagez dans une réflexion pour mieux vivre en accord avec vos valeurs professionnelles.

**RDV le 11 décembre**

Cité des Métiers, Atrium, 115 bd de l'Europe, Rouen

Inscription : <https://bit.ly/36qxBLt>

### CIBLEZ VOS COMPÉTENCES

Identifiez, valorisez vos compétences et positionnez-vous sur le marché de l'emploi. Cet atelier interactif nécessite un ordinateur et une connexion internet

**En ligne du 17 au 23 décembre**

Sur inscription : <https://bit.ly/3jyVlh2>



## Volontariat

### DEVENEZ VOLONTAIRE EN SERVICE CIVIQUE

Le Service civique permet aux 16-26 ans de s'engager dans une mission d'intérêt général au sein d'une association ou une collectivité en France ou à l'étranger (solidarité, environnement, sport, culture, éducation, santé, intervention d'urgence, mémoire et citoyenneté, aide humanitaire). Pour découvrir le Service civique, écoutez Idir vous présenter sa mission : <http://bit.ly/2YmGy4a>

Consultez les missions : <http://bit.ly/2PU0bw4>

**Pour en savoir plus, contactez votre conseiller.e**

### ENVIE DE VOUS CONSACRER AUX AUTRES ?

Rejoignez le corps européen de solidarité ! Les missions de solidarité sont proposées aux plus de 18 ans en France ou à l'étranger durant 2 à 12 mois (prévention de catastrophes naturelles, travaux de reconstruction, aide dans des centres de demandeurs d'asile ou assistance auprès de populations dans le besoin, ...).

**Pour en savoir plus, contactez votre conseiller.e**



## Recrutements

### PLAN JEUNES « #1JEUNE1SOLUTION »

Premier volet du plan de relance de l'économie ! Des aides à l'embauche sont prévues.

**Parlez en à votre conseiller.e**

### JE RENCONTRE L'INTERIM

Rencontrez l'ETT FESTOU Intérim, spécialisée dans le secteur du BTP pour découvrir et postuler aux offres proposées.

**RDV mercredi 16 décembre**

**Contactez votre conseiller.e pour vous inscrire**

### SHAKER TRENTE ET UN, L'APPLI À NE PAS RATER !

Vous êtes à la recherche d'un emploi ? Retrouvez tous les jours les nouvelles offres d'emploi. Sélectionnez votre offre et postulez sur Shaker Trente et Un, le cocktail de jobs à télécharger sans modération !

**Téléchargez Shaker Trente et Un sur votre Play store ou votre Apple store**



Vous voulez en savoir plus sur le fonctionnement ? **Contactez votre conseiller.e**



## Logement

### RECHERCHE DE LOGEMENT

Une question logement ? Un problème de paiement du loyer ? Les conseillères logement vous aident à rechercher un logement et à déposer vos demandes auprès des propriétaires.

Contactez votre conseiller.e

### COLOCATION

Devenez Kapseur ! Vivez en colocation avec un ou deux autres kapseurs et engagez vous 4h par semaine dans un projet solidaire au sein de l'immeuble et dans le quartier. Des loyers adaptés et un suivi par l'AFEV, une association d'éducation populaire. Vous êtes intéressé.e ?

Contactez votre conseiller.e

### AIDE AUX ALTERNANTS

Vous êtes en alternance ? Des aides à la garantie du loyer, au dépôt de garantie, à la mobilité sont accessibles sur la plateforme alternant d'Action Logement : [alternant.actionlogement.fr](http://alternant.actionlogement.fr)

Pour en savoir plus, contactez votre conseiller.e



## Se déplacer

### FEU VERT POUR UN PERMIS

Vous êtes en pleine démarche pour passer le code ou le permis de conduire ? Et si on vous donnait un coup de pouce ? Si vous résidez dans un quartier de la politique de la ville, vous pouvez bénéficier d'une aide de 400€ !

Contactez votre conseiller.e

### LE SAVIEZ-VOUS ?

Les transports en commun de la Métropole sont gratuits le samedi !

### TEST CODE DE LA ROUTE

Avec Digischool, 4 tests gratuits du code de la route spécialement conçus pour vous !

RDV sur : <https://www.codedelaroute.fr/tests>



## Les + du mois

### TOUS EN FORME

Participez à une séance de sport encadré par un coach dans un esprit convivial ! L'occasion de reprendre une activité en douceur et en petit groupe.

RDV : jeudi 17 décembre de 14h à 15h30

Mission Locale, 33 avenue Champlain, Rouen

Pour vous inscrire, contactez votre conseiller.e

**ORIENTATION**  
**DROITS**  
**SANTÉ**

**PROJET**  
**LOGEMENT**  
**MOBILITÉ**

**FORMATION**  
**LOISIRS**  
**EMPLOI**

Retrouvez aussi  
nos offres d'emploi sur notre [site](#) !

Suivez-nous sur [Facebook](#) !