

Votre livret interactif Destination Formation Emploi



avec le

PLIEMNO

Plan Local pour l'insertion et l'Emploi
Métropole - Nord - Ouest



Lambersart, La Madeleine, Lompret, Marcq-en-Baroeul, Marquette-Lez-Lille, Pérenchies, Saint-André-Lez-Lille, Quesnoy-sur-Deûle, Verlinghem, Wambrechies



Le PLIE MNO est cofinancé par le Fonds Social Européen dans le cadre du programme «Emploi et Inclusion» 2014-2020.

Introduction

Ce livret s'adresse à tous les participants souhaitant dynamiser leur positionnement personnel au regard de l'emploi et du marché du travail. Le livret contient de **nombreux liens interactifs pour vous aider dans vos recherches**.

Mettez en valeur votre profil et vos compétences.

Mettez en œuvre les outils et techniques adaptés à vos projets.

Avant de vous lancer, testez votre niveau numérique avec un

[ES - Evaluation numérique](#)

Apprenez à utiliser internet avec

[Les Bons Clics](#)

Faites-vous accompagner par votre référent

Des partenariats essentiels



Ils soutiennent le PLIE MNO:



Sommaire

Edito	4
Vos références personnelles.....	5
Vous et le marché du travail	6
Valoriser votre profil professionnel	8
Développer vos compétences	11
Adapter et enclencher vos démarches	13
Adapter vos outils	14
La recherche d'emploi	15
En face d'un recruteur	18
Se rendre « sereinement » à l'entretien	19
Créer son entreprise	20
Entre deux emplois	21
Forums / Evénements	22
Liens utiles	23

Edito

Cet « outil » est le fruit d'un travail collectif et permanent, qui associe l'équipe d'animation du PLIE, les conseillers référents et des participants du PLIE MNO.

Il a été initié pour inscrire pleinement les accompagnements et services proposés dans la logique d'un accès ou d'un retour à l'emploi.

Associé à des fichiers ressources et des liens internet sur une clé USB, il doit permettre à chaque participant de valoriser ses expériences, son profil professionnel, et devenir un outil pratique pour les démarches et recherches professionnelles.

Sa forme et ses contenus doivent beaucoup à Karima NEFNAF, qui durant un stage pratique (CIP) au PLIE MNO a dessiné son architecture, à Sébastien MANIER, qui a capitalisé, complété et mis en forme les différentes contributions retenues, à Gniemma DRAME et Sophie DUHAMEL (GA3P et CIP), stagiaires, pour les outils numériques.

Sa forme actuelle est le fruit du travail d'Amandine FRANCOIS, Chargée de communication.

Merci à l'entreprise RTE pour le don de 100 clés USB qui a facilité grandement le lancement de cette initiative.

*Yves-Laurent HEDE
Directeur adjoint du PLIE MNO*

Novembre 2016

Vos références personnelles

Nom

Prénom

Adresse

CP

Ville

Numéro de téléphone

Adresse email

N° identifiant POLE EMPLOI

N° d'allocataire CAF

N° de sécurité sociale

Si vous changez de numéro de téléphone ou d'adresse mail, pensez à en avertir votre conseiller et à modifier votre CV

Vous et le marché du travail – Quelques repères

Population Active

France
28,7 millions en 2015

Hauts-de-France
2,7 millions en 2015

M.E.L.
526 220 en 2013

Nombre de demandeurs d'emploi (Catégorie A en 2016)

France
3,6 millions (2016)

Hauts-de-France
388 600 (2016)

M.E.L.
74 994 (2016)

Nombre d'entreprises

France
6,3 millions en 2014

Hauts-de-France
417 687 en 2014

M.E.L.
98 099 en 2014

Agriculture
0,8%

Industrie
4,0%

Construction
9,3%

Commerce, Transport et Services
70,1%

**Administration, Enseignement,
Santé et Action Sociale**
15,8%

Chaque jour, des milliers d'offres d'emploi :

[Pôle-emploi, offres, France](#)

[Pôle-emploi, offres, Lille - 20km](#)

[Pôle-emploi, offres Lille - 20km, 1ers niveaux](#)

58 offres - Lille

TRIER PAR Date ▼



Cuisinier / Cuisinière

AU FUT ET A MESURE - LILLE

Vous aurez en charge la réalisation des recettes à partir de fiches techniques. Vous êtes polyvalent et autonome.

CDI - Temps plein

Publié aujourd'hui



Professeur / Professeure de violon

ALLEGRO MUSIQUE - LILLE

Etablissement d'enseignement musical recrute un(e) professeur(e) de VIOLON pour dispenser des cours à domicile à Lille (59000). Vous possédez idéalement un diplôme de fin d'études ou...

CDD - Temps partiel

Publié aujourd'hui



Valet / Femme de chambre

CLEAN OFFICE - LILLE

Valet / Femme de chambre

CDD - Temps partiel

Publié aujourd'hui



Animateur / Animatrice enfants TGV Lille (Toussaint) (H/F)

CITY ONE ACCUEIL - LILLE

CITY JUNIOR, filiale de CITY ONE recrute pour une compagnie ferroviaire de renom des animateurs ferroviaires (H/F) pour l'accompagnement d'enfants de 4 à 14 ans voyageant sans leur famille, sur la...

CDD - Temps partiel

Publié aujourd'hui



Peintre en bâtiment

HABITAT DECOR - LILLE

Vous intervenez sur un chantier en rénovation (lycée faidherbe) Missions : préparation supports, enduits, ponçage, finition, application peinture, entretien sols bois. Vous travaillez de 08h à 12h...

CDD - Temps plein

Publié aujourd'hui

Chaque année, des Projets de Recrutement :

En 2017 sur le Bassin d'emploi de Lille, **25 899 projets de recrutement** :

[BMO 2017 - Bassin de Lille*](#)

*Enquête Besoin de Main d'œuvre 2017 (BMO) – Pôle Emploi

Valoriser votre profil professionnel

Vos domaines d'expériences (emplois, métiers) :

Emplois/Métiers	Code ROME	Durée

Vos compétences (aidez-vous des [fiches ROME](#)) :

Ctrl + Clic
pour ouvrir

Vos loisirs et activités :

Vos centres d'intérêt :

Vos compétences sont liées à vos savoirs faire professionnels (emplois, stages) et personnels (loisirs, bénévoles, ...), tout comme vos motivations sont liées à vos centres d'intérêt.

Vos Qualités (aidez-vous de [ce listing](#)) :

1.
2.
3.

Il ne suffit pas d'énoncer vos qualités, il faut savoir les exposer à travers un exemple concret !

Pour chaque qualité : Quelle expérience l'illustre le plus ?

1.
2.
3.

Mes Défauts peuvent aussi être des qualités :

1.
2.
3.

Les défauts que vous devez mettre en avant ne doivent pas vous desservir mais pouvoir être transformés en qualités pour l'emploi visé

Pour chaque défaut : En quoi est-il une qualité pour l'emploi recherché ?

1.
2.
3.

**Vous pouvez également utiliser une qualité à la place d'un défaut :
« Il m'arrive de ne pas être assez (qualité) ... »**

Pour aller plus loin : Le Savoir-être professionnel.



Pour développer vos capacités à adopter la bonne attitude dans un contexte professionnel.

Retrouvez les bonnes **attitudes professionnelles**¹ qui correspondent à **votre sphère professionnelle** : liste et définitions [ici](#).

Notez dans le tableau, ci-dessous, les attitudes indispensables au métier visé **et** que vous pouvez développer :

Attitudes Professionnelles	Plan d'action

¹ Henri Boudreault, professeur à l'UQAM en enseignement en formation professionnelle et technique - Source : <http://didapro.wordpress.com/>.

Développer vos compétences

La formation professionnelle à votre service

Faites le point sur **vos droits** :

Votre **C**ompte **P**ersonnel de **F**ormation ([CPF](#)) et
votre **C**ompte **P**ersonnel d'**A**ctivité ([CPA](#))

Nombre d'heures acquises :

Et aussi :

Le **C**ongé **I**ndividuel de **F**ormation ([CIF](#))

La **V**alidation des **A**cquis de l'**E**xpérience ([VAE](#))

Quelle(s) formation(s) pour enrichir vos compétences :

Évaluez votre niveau en langue grâce à [Vocabulaire](#)
Apprenez/révissez avec [Duolingo](#)

Augmentez vos débouchés, changez de voie ?

Afin de définir le métier qui vous correspond :

1. Explorez votre [personnalité](#) (*Ex test* + *Ex résultat*)
2. Partez de vos [centres d'intérêt](#)
3. Trouvez des [pistes professionnelles](#)
4. Explorez différents [métiers](#)
5. Informez-vous sur les débouchés avec [IMT - Pôle-emploi](#)
6. Essayez dans une entreprise avec une [PMSMP](#)
7. Trouvez votre [formation](#) + «[La bonne formation](#)»
8. Révissez/Préparez-vous via [CléA](#)

Que vous soyez un homme ou une femme : [Diversifiez vos choix professionnels](#)

**Lors de toutes ces étapes votre Référent
est là pour vous conseiller !**

Se former pour une offre d'emploi

L'**A**ction de **F**ormation **P**réalable au **R**ecrutement ([AFPR](#))

La **P**réparation **O**érationnelle à l'**E**mloi ([POE](#))

Pass'Emploi du Conseil Régional ([Pass](#))

Trouver un financement individuel

AIF Pôle-emploi ([AIF](#))

Le Chèque **Pass'Formation** du Conseil Régional ([Pass](#))

Et le **PLIE**...

Renseignez-vous auprès de votre Référent !

Des contrats pour vous former

Vérifier votre éligibilité

Contrats en Alternance :

[Contrat d'Apprentissage](#)

Eligible*

[Contrat de Professionnalisation](#)

Eligible*

Des contrats pour faciliter votre embauche

Vérifier votre éligibilité

Les **P**arcours **E**mloi **C**ompétences ([PEC](#)) :

Le **C**ontrats **U**nique d'**I**nsertion ([CUI](#)) :

Contrat d'**A**ccompagnement dans l'**E**mloi ([CAE](#))
(Secteur non marchand)

Eligible*

Contrat **I**nitiative **E**mloi ([CIE](#))
(Secteur marchand – Pour les DOM et certains Départements)

Eligible*

Insertion par l'**A**ctivité **E**conomique ([IAE](#))

Eligible*

Contrat à **D**urée **D**éterminée d'**I**nsertion ([CDDI](#))

Découvrez les mesures auxquelles vous êtes éligible grâce à [Clara](#) de Pôle-emploi

** Sous réserve de validation par Pôle-emploi*

Adapter et enclencher vos démarches

Quels outils sont à votre disposition ?

- | | |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Téléphone | <input type="checkbox"/> Smartphone |
| <input type="checkbox"/> Ordinateur | <input type="checkbox"/> Connexion Internet |

Attention à la qualité du message de votre Répondeur/Messagerie

Pour vous connecter :

Les Cyberbases de la Maison De l'Emploi (MDE) à Lambersart et Marcq-en-Baroeul vous offrent la possibilité d'accéder à un ordinateur et un téléphone pour vos démarches professionnelles. Des animateurs sont également là pour vous aider et vous conseiller.

Autres lieux : cliquez [ici](#)

Pour vous aider à vous connecter, demandez à votre référent des informations sur « [connexions solidaires](#) »

Les offres d'emploi peuvent aussi venir à vous :

- | | |
|--|--------------------------|
| Avez-vous créé votre espace Pôle emploi ? | <input type="checkbox"/> |
| Avez-vous demandé à recevoir les offres par mail ? | <input type="checkbox"/> |
| Avez-vous un compte Facebook ? | <input type="checkbox"/> |
| L'utilisez-vous à des fins professionnelles ? | <input type="checkbox"/> |

Avez-vous un compte :

- | | |
|----------|--------------------------|
| LinkedIn | <input type="checkbox"/> |
| Viadeo | <input type="checkbox"/> |

Autres

**10 conseils pour rester « Net » sur les [Réseaux Sociaux](#), sur le [Web](#).
Maîtriser votre [e-réputation](#) avec la [CNIL](#)**

Adapter vos outils

Conseils de base :

Le CV

- Votre **CV est votre carte de visite** il doit donc vous correspondre !
- Un **CV par métier visé, c'est mieux !**
- Attention aux photocopies « Noir et Blanc » quand votre CV comporte du texte en couleur, votre photo (non obligatoire) ou des images
- Lorsque vous l'envoyez par mail, vérifiez qu'il soit enregistré dans un format lisible par tous (le mieux étant le « .pdf »)

↳ Votre modèle de [CV](#)

La lettre de motivation

- **Une candidature = Une lettre de motivation**
- Sans reproduire votre CV, **valorisez deux ou trois compétences et qualités que vous décrivez à travers un exemple concret** (expérience professionnelle ou personnelle)
- **Positionnez-vous par rapport au poste visé en tenant compte de l'identité de l'entreprise**
- **N'en écrivez pas trop** ou vous n'aurez plus rien à dire pendant l'entretien !
- Lorsque vous l'envoyez par mail, vérifiez qu'il soit enregistré dans **un format lisible par tous** (le mieux étant le « .pdf »)

Voici un B.A BA sur la réalisation de [CV et Lettre de motivation](#)

Pour apprendre ou réapprendre à faire votre CV, pour l'actualiser et le revisiter : Vous pouvez utiliser le logiciel « [CVitae5](#) » joint avec les documents associés.

La recherche d'emploi

Où Candidater ?

I/ Les offres visibles

Elles ne représenteraient qu'environ 1/3 des opportunités d'emploi. Elles sont disponibles :

[Recherche d'offres Pôle-emploi](#)

Revue :

La Voix Annonces (consultable à la MDE de Lambersart)

Sites d'offres d'emplois :

www.pole-emploi.fr

www.lavoixemploi.com

www.leboncoin.fr

www.indeed.fr

www.monster.fr

- Une nouvelle adresse : [Proch'Emploi](#)

Les Entreprises de Travail Temporaire :

- pour une liste des agences intérim proche de chez vous : [pages jaunes](#)

A visiter pour les intérimaires : www.fastt.org

Vous recherchez un emploi de cadre, l' peut vous accompagner dans vos démarches : www.apec.fr

Lorsque vous répondez à ces offres, votre lettre de motivation doit reprendre les compétences demandées dans le descriptif du poste.

II / Les offres « cachées ».

Comment prospecter ?

1/ **Repérer des entreprises** qui pourraient être intéressées par votre profil :

- [la bonne boîte](#)
- [Pages jaunes](#)
- www.nordpasdecalais.net
- www.artisanatnordpasdecalais.fr

2/ **Contactez l'entreprise :**

- Présentez-vous.
- Formulez l'objet de votre appel en précisant le métier visé.
- Renseignez-vous sur les projets de recrutement et le processus (à qui et comment envoyer votre candidature).

**Appelez dans un environnement calme.
Pensez à vous munir d'un cahier et d'un stylo (fonctionnel).
Soyez souriant !**

3/ **Recontacter l'entreprise quelques jours** après, pour vous assurer que votre candidature ait bien été réceptionnée.

- Précisez la date de l'envoi et le mode de transmission (mail, courrier) de votre candidature.
- Demandez, si possible, à parler au chargé du recrutement, pour savoir ce qu'il pense de votre candidature et proposer un entretien.

Et tenez-vous prêt ! L'employeur peut être amené à vous contacter à n'importe quel moment, donc :

- Ayez toujours de quoi écrire sur vous
- Pensez à vous munir d'un agenda complété
- Rendez-vous disponible
- Répétez les informations avant de raccrocher (lieu, heure, date)

Voici un B.A BA sur la recherche [d'emploi](#) :

Tous les employeurs n'ont pas nécessairement le temps de répondre aux candidatures. Persévérez !

Pensez à **votre réseau** (famille, ami(s), ancien(s) employeur(s))

Leurs métiers		
Famille	Amis	Relations professionnelles

Quelles sont les personnes de mon réseau qui peuvent m'aider ?

Voici un B.A BA sur les [réseaux professionnels](#)

En face d'un recruteur

L'entretien est un enjeu important, pour le recruteur aussi.
Il souhaite vérifier que vous possédez les compétences qu'il recherche et que vous pourrez vous intégrer dans son entreprise /équipe.

Rassurez-le !

Utilisez :

Le Verbal (le dit) :

- **Montrez que vous connaissez l'emploi proposé et l'entreprise**
- Parlez de l'entreprise et de ses valeurs
- **Posez des questions**, cela n'est pas réservé au recruteur !
- Prenez le temps de réfléchir avant de répondre et contrôlez le débit de votre discours : cela n'est pas une course !
- Si vous n'avez pas compris une question, demandez au recruteur de reformuler

Et le non Verbal (souvent aussi important que le Verbal) :

- **Soignez votre tenue et votre présentation**
- Regardez votre interlocuteur **avec le sourire** !
- Prenez des notes (lors d'un entretien demandez l'autorisation au préalable)
- **Montrez que vous êtes intéressé et attentif**, pensez à vous « déconnecter » (téléphone, préoccupations personnelles...)
- **Gérez vos postures**

Préparez votre entretien :

Votre Référent est là pour vous aider !

[Cliquez ici](#) pour réaliser un entretien virtuel

Et en complément voici un B.A BA sur [l'entretien](#)

**Le recrutement commence dès votre entrée dans la structure.
Même dans la salle d'attente !**

Se rendre « sereinement » à l'entretien

Se Déplacer

Voiture : - Préparez vos [trajets](#), [Réparez](#) (les garages associatifs)
- Louez avec [En Route pour l'emploi](#) (Conseil Régional Hauts-de-France), [Citiz](#) ou [FASTT](#) (intérimaires)
- Optez pour le covoiturage : [Blablacar](#)

Vélo : Louez avec [V'Lille](#), Réparez avec [Les Mains dans le Guidon](#)

Transport en Communs avec [Transpole](#) :

- [Tarifs Solidaires](#) - Votre QF²
- Les Formules [IRIS](#) ou [RSA](#) (Carnet 10 trajets)
- [Trajet Handipole et Coquelicot](#)

Des aides existent pour vous aider à vous déplacer, parlez-en à votre conseiller ! (ex : [aide mobilité Pôle emploi](#), Mobilité MEL³ ...)

**Pensez à prévoir du temps supplémentaire en cas d'imprévu .
Si possible, repérez les lieux la veille.**

Faire garder ses enfants

Le complément de libre choix du mode de Garde ([CAF](#))
L'Aide à la Garde d'Enfant pour les Parents Isolés ([Pôle Emploi](#))

Identifiez vos contraintes !

Contraintes	Plan d'action

Etre accompagné

(Démarches administratives, soutien, logement, ...)

Votre Référent

Le [Service d'Insertion Sociale par l'Accès à l'Autonomie \(SISAA\)](#)

² QF = Quotient Familial CAF

³ [MEL](#) = Métropole Européenne de Lille

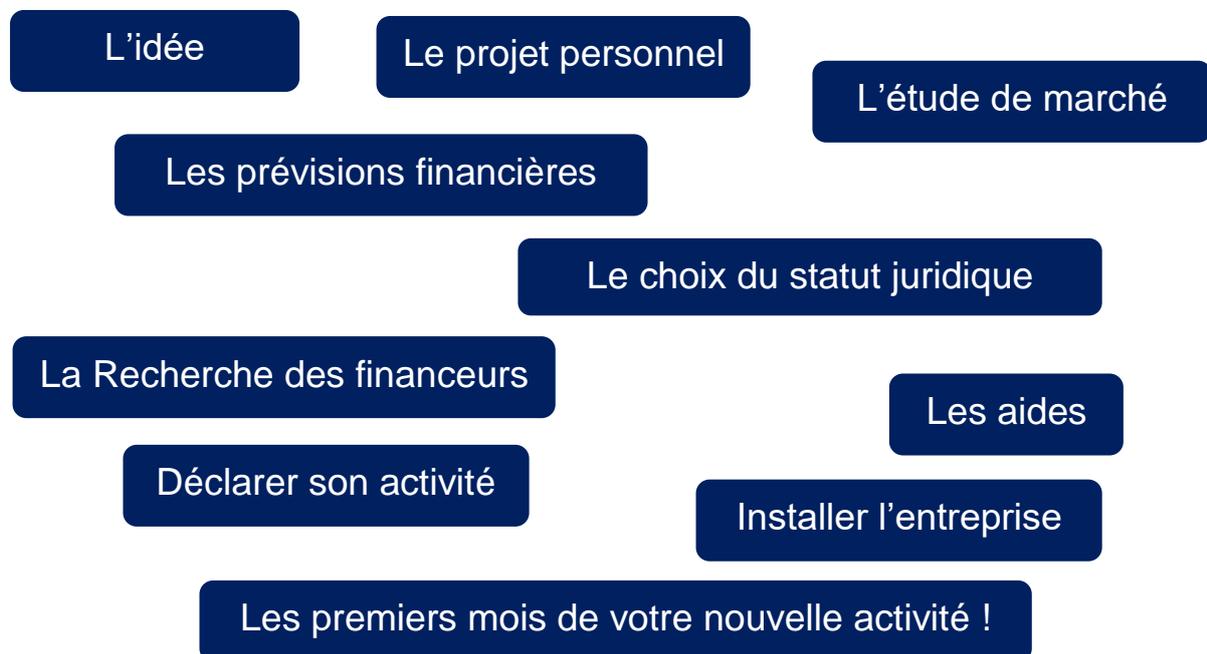
Créer son entreprise

La création d'entreprise est un enjeu important !

Il faut se donner toutes les chances de réussir et pour ça agir avec méthode en respectant des étapes chronologiques.

Testez vos Motivations, vos Aptitudes et vos Compétences Entrepreneuriales : [Test MACE](#)

10 étapes importantes dans un projet de création d'entreprise :



Retrouvez : les étapes détaillées avec l'[APCE](#)
les facteurs clés de réussite avec l'appli [Créa'Zap](#) de la BGE

Pour rencontrer et échanger sur votre création d'entreprise déplacez-vous :

- La Maison De l'Emploi MNO
- La BGE Hauts de France ([BGE](#))
- [Inncomm](#)
- [PIVOD](#)
- Le « [Guichet Unique](#) » pour les entreprises des Hauts-de-France.

Pour les femmes :

[Force Femmes](#) (pour les femmes de plus de 45 ans)

La clef de votre réussite, c'est de pouvoir vous concentrer sur votre projet en lui-même, ce qui est le cœur de votre savoir-faire.

Entre deux emplois

Un Régime d'assurance :

L'Allocation Retour à l'Emploi ([ARE](#))

Pour les Demandeurs d'Emploi inscrit à Pôle Emploi qui justifient des périodes d'affiliation.

Un Régime de solidarité :

L'Allocation Spécifique de Solidarité ([ASS](#))

Les demandeurs d'emploi qui arrivent au terme de leurs droits à l'ARE peuvent bénéficier, sous certaines conditions, de cette allocation.

Le Revenu de Solidarité Active ([RSA](#))

Le droit à un revenu minimum :

- ↳ Un engagement à un Projet Personnalisé d'Accès à l'Emploi et/ou un Contrat d'Engagement Réciproque



Le versement de ces allocations vous engage à :
Rechercher activement un emploi
Travailler votre projet professionnel

Les services d'aides à l'insertion professionnelle du Département du Nord : [Services Insertion CD59](#)

La Prime d'Activité ([PA](#))

La Prime d'activité est une prestation qui complète les revenus d'activité professionnelle, sous certaines conditions de ressources.

[Tout savoir sur la Prime d'activité en 2 minutes](#)

Découvrez les aides auxquelles vous êtes éligibles grâce à :

- ✓ [Clara](#)
- ✓ [Mes aides.gouv](#)

Forums / Evénements

De nombreux forums et évènements « Emploi / Formation » sont organisés chaque année sur la Métropole de Lille. Ils sont autant d'occasion de multiplier les rencontres et contacts avec des employeurs :

www.maisondelemploi-mno.fr

La Maison De l'Emploi Métropole Nord-Ouest organise régulièrement des événements à destination des demandeurs d'emploi du territoire, le plus connu étant le forum « **Les Clés de l'Emploi** » dont la 13^{ème} édition a été organisée le **vendredi 13 avril 2018 à Marquette-Lez-Lille** (Salle du Forum).

N'hésitez pas à vous informer sur les exposants en amont de votre visite afin de pouvoir vous préparer au mieux. N'oubliez pas vos CV (sur papier et sur clé USB).

Liens utiles

Les institutions

www.maisondelemploi-mno.fr

www.sivom-alliance-nord-ouest.fr

www.emploi.gouv.fr

www.pole-emploi.fr

www.nordpasdecalaispicardie.fr

www.fse.gouv.fr

www.agefiph.fr

Se préparer

www.emploi-store.fr

Se (ré)orienter

www.onisep.fr

www.c2rp.fr

www.arobase3c.fr

Se Former

www.c2rp.fr

www.afpa.fr

www.vae.gouv.fr

Rechercher un emploi

www.pole-emploi.fr

www.lavoixemploi.com

www.leboncoin.fr

www.nordjob.com

www.indeed.fr

www.apec.fr

Se déplacer

www.transpole.fr

Vos Outils

Votre CV, votre lettre de motivation : [cliquer ici](#)

Exemple de journal de bord : [cliquer ici](#) ou [ici](#)

Votre Espace Pôle emploi : [cliquer ici](#)

Et votre coach emploi numérique : [Bob emploi](#)

[Télécharger la dernière version et les documents associés](#)



Plan Local pour l'Insertion et l'Emploi

M é t r o p o l e - N o r d - O u e s t

Plan Local pour l'Insertion et l'Emploi

48 Avenue du Parc

BP 60115 - 59832 Lambersart Cedex

T : 03.20.14.52.80

@ : plie-mno@wanadoo.fr