



emploi

projet

futur

La Clé de la Réussite



clé en main

avenir

nouveau départ

· POURQUOI ? ·

Ce répertoire de compétences LA CLÉ DE LA RÉUSSITE a été réalisé par les participants de l'Atelier de Travail Gravelines et Grand-Fort-Philippe, du Forum Citoyen de Flandre Maritime, qui ont décidé de travailler sur la thématique de l'Emploi, dans le cadre du dispositif Insertion-Culture du département du Nord.

Au cours d'ateliers, ils ont choisi de répertorier leurs savoir-faire et savoir-être de la vie quotidienne, afin d'en prendre conscience et de les valoriser. Ainsi, chacune des fiches du livret associe un certain nombre de compétences à différents secteurs d'activités pour lesquels elles pourraient être requises (certains des secteurs d'activités mentionnés dans le livret, nécessitant une formation pour y accéder).

Maintenant à vos Stylos ! Cet outil a été créé dans l'objectif de vous donner de la matière pour préparer une lettre de motivation, un entretien d'embauche, ou toute autre activité liée à la recherche d'emploi et de formation.

N'hésitez pas à vous l'approprier : écrivez, cochez, ajoutez des commentaires, afin de valoriser vos savoir-faire. Les participants du Forum vous offrent LA CLÉ DE LA RÉUSSITE !

· CET OBJET A ÉTÉ RÉALISÉ PAR ·

Christine, Didier, Erika, Marie-Hélène et Tyson (pour Gravelines)

Christelle, Clémence, Doriane, Graziella B., Graziella F., Huguette, Léone, Natacha, Patricia, Pauline et Viviane (pour Grand-Fort-Philippe)

· INVESTIS DANS LA DÉMARCHE ·

- Vanessa, coordinatrice du Forum Citoyen de Flandre Maritime
- Delphine pour le CSC
- Jennifer pour le CCAS
- Amandine pour la Boutique de l'Insertion de l'AAE
- Maryline du Pôle Emploi
- Camille, médiatrice culturelle pour le territoire de Flandre Maritime (dispositif "Insertion Culture" du département du Nord)
- Bertrand, graphiste dans l'agence Poil aux Dents

· PRÉSENTATION ·

Nom/Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Adresse mail :

Téléphone :

Inscrit(e) Oui
Pôle Emploi : Non

À pieds

Transports en commun

Véhicule personnel

Vélo

Connaissance du réseau

Covoiturage

Périmètre
de mobilité :

Permis
en cours/acquis :

· BÉNÉVOLAT/SERVICE CIVIQUE/LOISIRS ·

· NIVEAUX/ACQUIS ·

- Certificat d'études Fin de scolarité à l'âge obligatoire
 BEPC CAP/BEP BAC Pro BAC BAC +
 VAE (Validation des Acquis par l'Expérience)

BAFA (Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur)

BPJEPS (Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport)

PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1)

Sécurité/Secouriste

CACES (Certificat d'Aptitude à la Conduite En Sécurité)

Autres habilitations :

· LANGUES ·

Français : Langue maternelle Notions Bon Courant

Patois : Langue maternelle Notions Bon Courant

Anglais : Langue maternelle Notions Bon Courant

Espagnol : Langue maternelle Notions Bon Courant

Allemand : Langue maternelle Notions Bon Courant

Néerlandais : Langue maternelle Notions Bon Courant

Autres langues :

· PRATIQUE ARTISTIQUE
CULTURELLE ET SPORTIVE ·





Savoir-être

· QUALITÉS PERSONNELLES ·

Dynamisme

Volonté

Rigueur

Force de propositions

Ponctualité

Amabilité

Sociabilité

Sourire

Patience

Écoute

Confidentialité

Tolérance

Gestion de conflits

· COMPORTEMENT EN SOCIÉTÉ ·

Diplomatie

Honnêteté

Qualité d'adaptation

Travail en équipe

Autonomie

Respect de la hiérarchie

Respecter ses collègues

Respecter le règlement intérieur

Savoir demander de l'aide (collègues)

Savoir s'auto-évaluer

Savoir se positionner

Savoir interpeller (hiérarchie)



· PREMIERS SOINS/PREMIERS SECOURS ·

- Savoir faire un premier diagnostic
- Savoir rassurer la personne concernée ou son entourage
- Savoir repérer les dangers et sécuriser la zone
- Savoir alerter les personnes concernées (pompier, SAMU, ...)
- Connaître les produits de première nécessité (trousse d'urgence)
- Apporter les premiers soins (savoir faire un pansement)
- Connaître les premiers gestes (position latérale de sécurité, ...)
- Savoir localiser et utiliser un défibrillateur
- Vérifier les dates de péremption des médicaments
- Savoir lire une notice

· AUTRES COMPÉTENCES ·

· VALABLE POUR TOUS LES SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

Domaine Administratif

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> S'occuper de l'inscription scolaire | <input type="checkbox"/> Trouver le bon interlocuteur |
| <input type="checkbox"/> Être organisé (classement/tri) | <input type="checkbox"/> Adapter son langage |
| <input type="checkbox"/> Laisser un message vocal | <input type="checkbox"/> Maîtriser l'outil informatique |
| <input type="checkbox"/> Gérer un agenda/Prise de RDV | <input type="checkbox"/> Effectuer des démarches administratives (papiers d'identité, CAF, ...) |
| <input type="checkbox"/> Rédiger un courrier | <input type="checkbox"/> Accueil téléphonique et physique |
| <input type="checkbox"/> Gérer un budget (factures, impôts, ...) | |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|---|--|
| · Secrétariat/Hôtellerie (réceptionniste) | · Sanitaire et social |
| · Téléconseil/Téléprospection (plateformes téléphoniques) | · Événementiel (chargé de projet) |
| · Aide à la personne | · Accompagnement administratif (écrivain public : tutelle, curatelle, ...) |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Aide à la Personne

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Aide à la vie quotidienne | <input type="checkbox"/> Connaissance des gestes et postures |
| <input type="checkbox"/> Ménage | <input type="checkbox"/> Toilette et soins de la personne
(traitement, posologie, ...) |
| <input type="checkbox"/> Cuisine | <input type="checkbox"/> Surveillance de nuit |
| <input type="checkbox"/> Gestion du temps | |
| <input type="checkbox"/> Aide administrative | |
| <input type="checkbox"/> Capacité d'adaptation | |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| · Agent d'entretien | · Sanitaire et social |
| · Animateur | · Éducateur spécialisé |
| · Auxillaire de vie | · Assistante sociale |
| · Aide soignante/Infirmière | · Moniteur-éducateur |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Domaine Animalier

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Connaître les espèces et races | <input type="checkbox"/> Toilettage/Soins |
| <input type="checkbox"/> Être attentif aux besoins de l'animal | <input type="checkbox"/> Utiliser les produits adaptés |
| <input type="checkbox"/> Connaître son alimentation | <input type="checkbox"/> Savoir se documenter |
| <input type="checkbox"/> Connaître son environnement | <input type="checkbox"/> Règlementation/Permis |
| <input type="checkbox"/> Comprendre son comportement | |
| <input type="checkbox"/> Savoir être autoritaire | |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|--|--|
| · Gardien/Dogsitter | · Travailler dans un zoo/Centre équestre |
| · Métiers de la vente | · Travailler dans une ferme |
| · Protection animalière (en association) | · Dresseur/Éleveur/Chasseur/Pêcheur |
| · ToilettEUR | · Maître chien/Garde forestier/Sécurité |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Domaine Automobile

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Changer un essuie-glace/ampoule | <input type="checkbox"/> Recharger une batterie |
| <input type="checkbox"/> Changer une roue | <input type="checkbox"/> Vérifier les niveaux des liquides |
| <input type="checkbox"/> Vérifier la pression des pneus | <input type="checkbox"/> Faire une vidange |
| <input type="checkbox"/> Gonfler les pneus | <input type="checkbox"/> Carrosserie/Peinture |
| <input type="checkbox"/> Connaître les différents voyants | <input type="checkbox"/> Tuning |
| <input type="checkbox"/> Diagnostiquer une panne | <input type="checkbox"/> Rédiger un constat |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|--------------|--------------------------------|
| · Pompiste | · Métiers de la vente |
| · Garagiste | · Moniteur d'auto-école |
| · Mécanicien | · Chauffeur de taxi |
| · Carrossier | · Chauffeur de bus/poids lourd |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Bâtiment

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ménage/Entretien | <input type="checkbox"/> Savoir lire un plan |
| <input type="checkbox"/> Décoration/Peinture | <input type="checkbox"/> Savoir monter un meuble |
| <input type="checkbox"/> Électricité | <input type="checkbox"/> Porter des charges lourdes |
| <input type="checkbox"/> Plomberie | <input type="checkbox"/> Utiliser les outils adaptés |
| <input type="checkbox"/> Maçonnerie | <input type="checkbox"/> Poser un revêtement de sol |
| <input type="checkbox"/> Menuiserie/Charpente | <input type="checkbox"/> Connaître les normes de sécurité |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|--|----------------------------------|
| · Ouvrier du bâtiment/Manutentionnaire | · Électricien/Plombier |
| · Peintre en bâtiment | · Maçon/Couvreur |
| · Métiers de la vente | · Plaquiste/Isolation |
| · Tapissier | · Charpentier/Menuisier/Ébéniste |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Domaine Culinaire

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Adapter les modes de cuisson en fonction de l'énergie utilisée (gaz, électrique, induction, ...) | <input type="checkbox"/> Cuisine traditionnelle/moderne |
| <input type="checkbox"/> Utiliser les appareils et ustensils | <input type="checkbox"/> Vérification des dates de péremption |
| <input type="checkbox"/> Suivre une recette (proportions, ...) | <input type="checkbox"/> Différents régimes alimentaires |
| <input type="checkbox"/> Faire des menus variés | <input type="checkbox"/> Normes d'hygiène et de sécurité |
| | <input type="checkbox"/> Organisation et propreté (vaisselle, plan de travail, ...) |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|-----------------------------------|---|
| · Cuisinier | · Métier de bouche
(boucher, charcutier, traiteur) |
| · Boulanger/Pâtissier/Chocolatier | |
| · Serveur/Comis | · Aide à la personne |
| · Restauration collective | · Assistante maternelle (nourrice) |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Enfance

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> S'adapter à l'enfant selon son âge | <input type="checkbox"/> Aide aux devoirs |
| <input type="checkbox"/> Respecter le rythme de l'enfant | <input type="checkbox"/> Hygiène corporelle |
| <input type="checkbox"/> Savoir poser un cadre éducatif | <input type="checkbox"/> Soins de l'enfant |
| <input type="checkbox"/> Adapter les repas | <input type="checkbox"/> Sécurité de l'enfant |
| <input type="checkbox"/> Stimuler l'enfant/Loisirs | |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|--|--|
| · Garde d'enfant(s) | · Animation en centre (loisirs/vacances) |
| · Crèche/Garderie mobile | · Assistante maternelle (nourrice) |
| · ATSEM (Agent Territorial
Spécialisé des Écoles Maternelles) | · Auxiliaire puéricultrice |
| | · Travailleur social (EJE, éducateur, ...) |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Entretien de la Maison

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Blanchisserie (phases de lavage) | <input type="checkbox"/> Vigilance face aux risques d'accidents domestiques |
| <input type="checkbox"/> Repassage | <input type="checkbox"/> Connaître les produits ménagers |
| <input type="checkbox"/> Couture | <input type="checkbox"/> Être attentif aux pictogrammes |
| <input type="checkbox"/> Décoration | <input type="checkbox"/> Gérer le budget domestique |
| <input type="checkbox"/> Entretien électroménager | <input type="checkbox"/> Être attentif à l'environnement |
| <input type="checkbox"/> Tri sélectif | |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|----------------------------|------------------------------------|
| · Aide ménagère à domicile | · Hôtellerie (femme de chambre) |
| · Technicien de surface | · Restauration (plonge, entretien) |
| · Pressing | · Maîtresse de maison |
| · Blanchisserie | · Gardien d'immeuble |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Espaces Verts

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Aménager son jardin | <input type="checkbox"/> Composte |
| <input type="checkbox"/> Savoir tondre la pelouse | <input type="checkbox"/> Préparation de la terre |
| <input type="checkbox"/> Savoir tailler un arbre | <input type="checkbox"/> Utiliser les produits adaptés |
| <input type="checkbox"/> Connaître les plantes | <input type="checkbox"/> Entretien du matériel |
| <input type="checkbox"/> Connaître les fruits et légumes | <input type="checkbox"/> Connaissance des différents engins |
| <input type="checkbox"/> Traitement des maladies | <input type="checkbox"/> Conduire un tracteur |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|-----------------------|-------------------------------------|
| · Jardinier | · Métiers de la vente |
| · Fleuriste/Maraîcher | · Agriculteur/Laboureur/Viticulteur |
| · Élagueur | · Garde champêtre/Garde forestier |
| · Saisonnier | · Agent d'espaces verts |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Esthétique et Bien-être

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Hygiène corporelle | <input type="checkbox"/> Soins/Bien être |
| <input type="checkbox"/> Maquillage | <input type="checkbox"/> Massage/Relaxation |
| <input type="checkbox"/> Épilation | <input type="checkbox"/> Utiliser les produits adaptés |
| <input type="checkbox"/> Coiffure | <input type="checkbox"/> Vérifier les dates de péremption |
| <input type="checkbox"/> Manucure/Pédicure | <input type="checkbox"/> Fabriquer ses produits |
| <input type="checkbox"/> Nail art | |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|-------------------------|------------------------------|
| · Esthéticienne | · Métiers de la vente |
| · Socio-esthéticienne | · Masseuse |
| · Coiffeuse/Visagiste | · Reloqueur/Coach |
| · Prothésiste ongulaire | · Maquilleur effets spéciaux |

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

Nouvelles Technologies

· SAVOIR-FAIRE ·

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Démarrer un ordinateur | <input type="checkbox"/> Gérer ses mails |
| <input type="checkbox"/> Utiliser une clé USB/disque dur | <input type="checkbox"/> Créer un compte utilisateur |
| <input type="checkbox"/> Brancher/relier une imprimante | <input type="checkbox"/> Utiliser les moteurs de recherche |
| <input type="checkbox"/> Télécharger un fichier/dossier | <input type="checkbox"/> Utiliser les réseaux sociaux |
| <input type="checkbox"/> Utiliser une tablette/smartphone | <input type="checkbox"/> Maîtriser les logiciels de base |
| <input type="checkbox"/> Prendre des photos | <input type="checkbox"/> Nettoyer son ordinateur |

· SECTEURS D'ACTIVITÉS ·

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| · Accueil/Secrétariat | · Aide à la personne |
| · Informaticien | · Infographiste |
| · Métiers de la vente | · Webdesigner |

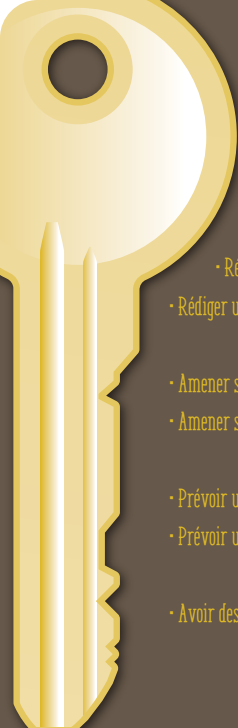
COMPÉTENCES APPRÉCIÉES DANS TOUS LES SECTEURS D'ACTIVITÉS

· NOTES COMPLÉMENTAIRES ·

· NOTES ET INFOS COMPLÉMENTAIRES ·







· RAPPEL DES RÈGLES D'EMBAUCHE ·

- Avoir sa carte d'identité et sa carte vitale
- Avoir une adresse postale
- Avoir éventuellement une adresse mail
- Rédiger un CV
- Rédiger une lettre de motivation
- Amener ses diplômes et certificats
- Amener ses permis et habilitations
- Prévoir un extrait de casier judiciaire
- Prévoir un RIB
- Avoir des vêtements adaptés

· CONTACTS UTILES ·

· Pôle emploi

www.pole-emploi.fr

· Caisse d'Allocations Familiales

www.caf.fr

· Maison De l'Emploi

(en fonction du secteur)

· MON CONSEILLER ·

PROJET RÉALISÉ DANS LE CADRE DES DISPOSITIFS
INSERTION CULTURE ET FORUM PERMANENT
DE L'INSERTION DU DÉPARTEMENT DU NORD



PORTÉ PAR :



COMMUNE
DE
REXPOËDE

AVEC LE SOUTIEN FINANCIER ET TECHNIQUE DE :

Nord
le Département



pôle emploi



Bertrand

