

## ENTREPRENEURIAT

**Me 9 mars**  
9h30 > 13h  
Atelier / **L'entrepreneuriat au féminin. Entrepreneuse... Même pas peur !**  
A l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, nous vous proposons un atelier participatif pour vous aider à démystifier le monde de l'entrepreneuriat et oser réaliser vos rêves.

**Me 9 mars**  
10h30 > 14h OU  
**Me 23 mars**  
10h30 > 14h  
Atelier / **Speedcoaching entrepreneurial**  
Un Coaching de 30 minutes pour poser vos questions et échanger avec un coach entrepreneurial pro !

**Je 24 mars**  
14h > 16h  
Séance d'information / **Lancez votre projet sans risque grâce à JobYourself !**  
Vous avez un savoir-faire, un projet à lancer ? Vous voulez créer votre propre emploi ? Avec JobYourself, développez et testez votre activité sans risque en étant accompagné(e) ! Conservez vos allocations sociales et bénéficiez d'un accompagnement par des coachs entrepreneuriaux.

**Ve 25 mars**  
9h30 > 13h  
Atelier / **Entrepreneur, même pas peur !**  
Envie de lancer ton projet ? JobYourself te propose d'éveiller ta fibre entrepreneuriale !

**Je 31 mars**  
14h > 16h  
Séance d'information / **Entreprendre votre métier manuel créatif sans risque ! Séance d'info avec Jobyourself BatiCrea**  
Lancez votre projet manuel et créatif sans risque : conservez vos allocations sociales et bénéficiez d'un coaching spécialisé avec JobYourself BatiCrea.

## FORMATIONS & METIERS

**Ma 22 mars**  
10h > 16h  
Atelier / **Participe à l'atelier «Top chef pour renforcer ta confiance et découvrir ton profil professionnel» !**  
Tu regardes l'émission « Top Chef » ? Tu as envie d'essayer ?

**Lu 28 mars**  
9h30 > 12h30  
Atelier / **Choisir une formation pour un investissement durable**  
Tu veux choisir la bonne formation ? Mettre toutes les cartes et les clés en main, pour un développement personnel durable ? Cet atelier est pour toi !

**Me 20 avril**  
10h > 12h  
Atelier / **Les différents moyens de se former quand on est adulte en Belgique francophone**  
Tu ne sais pas si tu dois continuer tes études ? Te lancer sur le marché du travail ? Te former tout en travaillant ? Alors, cet atelier est fait pour toi !

**Me 20 avril**  
10h30 > 12h  
Conférence / **Les formations pour adultes à Bruxelles**  
Tout savoir sur les formations de promotion sociale à Bruxelles.

# MARS, UN MOIS POUR VOUS, UN MOIS POUR L'EMPLOI!

Le printemps de l'emploi vous propose diverses activités durant les mois de mars et avril 2022.

Vous en trouverez le descriptif complet ainsi que les modalités d'inscription sur le site :

[WWW.PRINTEMPSDELEMPLOI.BE](http://WWW.PRINTEMPSDELEMPLOI.BE)

Les activités tiendront compte des mesures sanitaires du moment.

Cet événement est le fruit de la collaboration entre les Maisons de l'Emploi des communes de :

**Auderghem**  
**Watermael-Boitsfort**  
**Woluwe-Saint-Lambert**  
**Woluwe-Saint-Pierre**

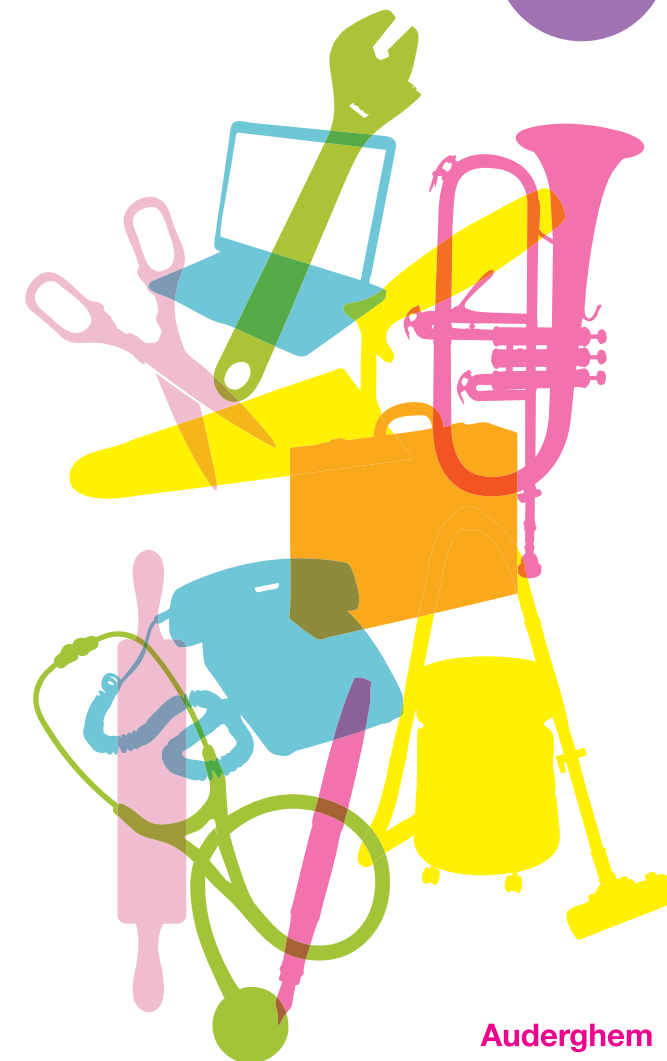
Les activités sont classées par catégorie :

-  **E-RECRUTEMENT**
-  **BIEN-ETRE**
-  **OUTILLAGES RECHERCHE EMPLOI**
-  **COACHING / ACCOMPAGNEMENT**
-  **ETUDIANTS**
-  **ENTREPRENEURIAT**
-  **FORMATIONS & METIERS**

# PRINTEMPS DE L'EMPLOI

[WWW.PRINTEMPSDELEMPLOI.BE](http://WWW.PRINTEMPSDELEMPLOI.BE)

MARS  
2022



**Auderghem**  
**Watermael-Boitsfort**  
**Woluwe-Saint-Lambert**  
**Woluwe-Saint-Pierre**

[WWW.PRINTEMPSDELEMPLOI.BE](http://WWW.PRINTEMPSDELEMPLOI.BE)



# AGENDA

## Auderghem

### Watermael-Boitsfort

### Woluwe-Saint-Lambert

### Woluwe-Saint-Pierre

MARS  
2022

## E-RECRUTEMENT

**Lu 14 mars** 10h > 17h OU  
**Ve 18 mars** 10h > 17h

Atelier / **E-recrutement, atelier pratique et mise en situation**  
E-recrutement, les nouvelles techniques d'entretien à distance.

**Je 17 mars** 9h > 12h OU  
**Ma 19 avril** 9h > 12h

Atelier / **Like & followers : une vie hyper connectée**  
Débuter avec les réseaux sociaux, définir les qualités d'un super profil.

**Lu 21 mars** 10h > 16h

Atelier / **Devenez un(e) e-candidat(e) efficace**  
Découvrez comment utiliser les outils digitaux pour trouver le job de vos rêves.

**Me 23 mars** 9h > 12h

Atelier / **E-recrutement : la recherche d'emploi en 2.0**  
Venez imaginer une autre démarche de recrutement et construire une identité en ligne.

**Ve 25 mars** 9h > 12h

Atelier / **CV Vidéo**  
Sortez du lot !

## BIEN-ETRE

**Lu 7 mars** 9h > 12h OU  
**Ma 8 mars** 13h > 16h

Atelier / **Gestion du stress**  
Je suis stressé... rien qu'à l'idée de me présenter devant mon conseiller ou devant un employeur, je panique...

**Lu 7 mars** 13h > 16h OU  
**Ma 8 mars** 9h > 12h

Atelier / **Yoga du rire et pleine conscience**  
Les bienfaits du rire sans raison pour tous !

**Ma 8 mars** 9h > 17h EI  
**Ve 18 mars** 9h > 12h30 OU  
**Ve 11 mars** 9h > 17h EI  
**Ve 18 mars** 13h30 > 17h

Atelier / **Grâce aux techniques théâtrales, boostez votre confiance en vous pour mieux rebondir**  
Si vous êtes découragés, que vous avez perdu confiance en vous et en la vie, cet atelier est pour vous !

**Je 10 mars** 9h > 16h30

Atelier / **Le développement personnel**  
Quelle image ai-je de moi ? Et que voudrais-je voir changer ?

**Je 10 mars** 9h > 16h

Atelier / **Mon stress, mon allié**  
Atelier de gestion du stress afin de reprendre les commandes.

**Ve 11 mars** 9h > 16h

Atelier / **Enjeu et confiance en soi**  
Prendre confiance en soi au travers de l'expression théâtrale.

**ma 15 mars** 9h > 16h OU  
**Ma 22 mars** 9h > 16h

Atelier / **Image de soi**  
Votre apparence vous représente ! Adopter le bon look en toutes circonstances et particulièrement lors d'un entretien d'embauche a tout son sens et vous fera gagner en confiance.

**Ma 15 mars** 10h > 12h

Atelier / **Se connaître soi-même et identifier ses forces**  
Tu veux faire le point sur tes qualités et tes expériences ? Viens mettre à jour tes valeurs !

**Me 16 mars** 9h > 12h OU  
13h > 16h

Atelier / **La voie des sens pour retrouver énergie et vitalité**  
Dans un monde qui bouge et qui nous bouscule. Et vous dans tout cela ? Venez vivre une expérience olfactive pour libérer et équilibrer le flux de votre énergie. Bienvenu(e) dans ce moment de bien être !

**Me 16 mars** 9h > 16h

Atelier / **Comment me positionner sur le marché de l'emploi grâce au MBTI**  
Identification de son profil MBTI à travers des exercices et analogie avec le marché de l'emploi.

**Ve 18 mars** 9h > 16h

Atelier / **Happy Days - le lâcher prise**  
Du contrôle à oser la confiance... je construis ma valise outils du lâcher-prise !

**Ve 18 mars** 9h > 12h OU  
de 13h > 16h

Atelier / **Plus d'harmonie dans nos vies grâce aux accords Toltèques**  
Venez comprendre les accords un à un et leur mise en pratique pour les inviter dans votre quotidien !

**Je 24 mars** 9h > 16h

Atelier / **Confiance et estime de soi – Devenez votre meilleur ami !**  
Boostez votre confiance en vous et découvrez vos Power postures !

**Lu 28 mars** 9h > 12h OU  
13h > 16h

Atelier / **Trouver son Ikigai, trouver un métier qui a du sens pour soi**  
Se recentrer pour trouver du sens à sa vie.

**Ma 29 mars** 9h > 12h OU  
+ RDV individuel à convenir le mardi 29 mars après-midi ou le mercredi 30 mars en journée.

Atelier / **Conseil en image**  
Votre image communique et informe, mieux vaut en être conscient(e).

**Je 31 mars** 9h > 12h OU  
13h30 > 16h30

Atelier / **Votre langage corporel, votre meilleur allié**  
Découvrez les secrets du langage du corps. 93% de notre communication est non verbale : exploitez-la !

**Je 31 mars** 9h > 16h

Atelier / **Auto-coaching – Boostez votre vie !**  
Découverte et expérimentation d'outils d'auto coaching afin d'avancer efficacement dans vos projets professionnels et personnels !

**Ve 1 avril** 9h > 16h30

Atelier / **Renforcer l'estime de soi quels que soient notre âge, notre genre, notre origine**  
Reconnaître et faire le bilan de ses valeurs pour définir ses priorités et ainsi renforcer fierté et estime de soi.

**Je 7 avril** 9h > 16h

Atelier / **Assertivité**  
Apprenez à communiquer avec impact dans des situations difficiles.

**Ve 22 avril** 9h > 16h

Atelier / **Bullet Journal pour booster ma recherche d'emploi**  
Tu veux faire le point ? Ton parcours, tes qualités, tes valeurs ? Viens célébrer tes victoires.

## OUTILLAGES RECHERCHE EMPLOI

**Me 9 mars** 9h > 12h OU  
13h30 > 16h30

Atelier / **Les 100 questions les plus souvent posées lors d'un entretien d'embauche : faire de sa diversité un atout**  
Une bonne préparation à l'entretien est un avantage à ne pas négliger.

**Je 10 mars** 9h > 12h

Atelier / **CV & Lettre de motivation - 50 astuces pour être sélectionné(e)**  
Apprenez à organiser votre CV pour le rendre attractif, original et vous démarquer des autres candidats.

**Ve 11 mars** 9h > 12h OU  
13h30 > 16h30

Atelier / **Simulation d'entretien d'embauche**  
Mise en situation pour identifier vos plus et vos moins face à un recruteur.

**Ve 11 mars** 9h > 12h

Atelier / **Comment postuler ? Les démarches, le suivi de sa candidature**  
L'objectif ? Trouver un travail et le garder !

**Lu 21 mars** 9h > 12h OU  
13h > 16h

Atelier / **LinkedIn – niveau débutant**  
LinkedIn est le réseau social de votre image professionnelle sur le web ! Venez découvrir ses outils et leurs enjeux pour les exploiter pleinement et efficacement dans votre recherche d'emploi.

**Ma 22 mars, Me 23 mars, Je 24 mars EI**  
**Ve 25 mars** 9h > 16h

Atelier / **Booster vos outils de recherche d'emploi**  
Envie d'efficacité dans votre recherche d'emploi ? Réalisez votre CV, votre lettre de motivation et entraînez-vous aux entretiens d'embauche.

**Je 24 mars** 9h > 12h OU  
13h30 > 16h30

Atelier / **Elevator Pitch : Tout dire en 120 mots et 45 secondes.**  
En 120 mots, présentez-vous efficacement et professionnellement.

**Je 24 mars** 9h > 12h

Atelier / **LinkedIn avancé**  
Découvrez les dernières astuces pour dynamiser vos candidatures.

**Lu 28 mars** 9h > 12h OU  
13h > 16h

Atelier / **Bien débiter sur LinkedIn**  
LinkedIn, le réseau professionnel par excellence !

**Lu 28 mars** 9h > 12h OU  
13h > 16h

Atelier / **LinkedIn – Niveau avancé**  
Vous utilisez activement LinkedIn pour votre recherche d'emploi mais vous souhaitez maîtriser davantage cet outil !

**Me 30 mars** 9h > 12h

Atelier / **Entretien d'embauche**  
Découvrez les dernières astuces pour convaincre un recruteur.

**Je 31 mars** 9h > 16h30

Atelier / **La communication verbale et non-verbale efficace et honnête en entretien**  
Comment apprendre à parler de moi positivement ?

## COACHING / ACCOMPAGNEMENT

**Plusieurs RDV individuels** de 2 heures à convenir

Atelier / **La solution est en vous – Bilan de compétences en individuel**  
Se réinventer professionnellement demande du temps et de l'énergie. La solution est en vous ! Venez faire émerger petit à petit les réponses qui « dorment » en vous...

**Lu 7 mars** 10h > 12h OU  
**Lu 25 avril** 13h30 > 15h30

Séance d'information / **Le mentorat intergénérationnel et interculturel**  
Tu as déjà entendu parler de solidarité ? De société intergénérationnelle ? Viens trouver ta place, quel que soit ton âge.

**Lu 7 mars** 10h > 11h

Séance d'information sur l'atelier **Projet de femme**  
Après une interruption de plusieurs années, vous souhaitez reprendre une activité professionnelle ? Vous n'avez droit ni au chômage ni à une aide du CPAS. Notre atelier 'Projet de Femme' est fait pour vous !  
Dates de l'atelier : Lu 25, Ma 26 et Je 28 avril de 9h à 15h EI  
Lu 2, Ma 3, Lu 9, Ma 10, Lu 16 et Ma 17 mai de 9h à 12h – Présence obligatoire à toutes les dates.

**Ma 8 mars** 10h > 12h

Atelier / **Le marché du travail et les difficultés rencontrées**  
L'objectif ? Trouver un emploi et le garder !

**Me 9 mars** 10h > 12h

Séance d'information / **Le Cosearching**  
Avec le «Co-searching», mobilisez toute une équipe de chercheurs d'emploi autour de votre projet !

**Lu 21 mars** 9h30 > 12h30

Atelier / **Werkkr8**  
Allez à la recherche de la valeur ajoutée que vous apporterez à votre futur employeur.

**Je 21 avril, Ve 22 avril, Je 28 avril EI**  
**Ve 29 avril** 9h > 16h

Atelier / **Rêve ton job – Bilan de compétences en groupe**  
Prendre le temps, en groupe, de faire votre bilan de compétences pour déterminer un projet professionnel concret.

**Je 28 avril** 9h > 16h30

Atelier / **Les techniques de base de la communication**  
Avoir des outils concrets pour mieux appréhender l'autre et donner un maximum d'impact à nos échanges professionnels.

## ETUDIANTS

**Me 23 mars** 14h > 16h

Séance d'information / **Job Etudiant**  
Job Etudiant : quelques trucs et astuces pour ta recherche de job.

**ma 5 avril** 14h > 16h OU  
**Je 7 avril** 14h > 16h

Atelier / **Stratégie de recherche pour un job étudiant**  
Tu désires trouver un job étudiant ? Tout un programme ! Viens aborder les points essentiels et les stratégies afin d'obtenir un job.