



Informations- und Beratungszentrum
Arbeits- und Berufsleben gestalten

frac

Centre d'information et de consultation
Construire sa vie professionnelle

Contact

frac

Murtenstrasse 7, rue de Morat
2502 Biel-Bienne

032 325 38 20
info@frac.ch www.frac.ch



Recherche d'un emploi en équipe

Astuces pour accéder au 1^{er} marché du
travail et postuler avec succès

Avec possibilité de garderie d'enfants

Pour qui ?

Femmes et hommes qui recherchent un emploi et qui souhaitent bénéficier d'un soutien, d'un échange et de conseils sur les questions concernant la postulation.

Conditions

Vous...

- connaissez votre objectif professionnel
- disposez d'un dossier de candidature complet et à jour, le tout stocké sur une clé USB
- possédez de bonnes connaissances orales en français

Contenu

Echange et mise en réseau

- Vous échangez vos expériences avec d'autres participant-e-s, vous vous motivez mutuellement et vous établissez de nouveaux contacts

Conseils sur les sujets concernant les postulations

- Lors de chaque réunion de groupe, vous abordez un thème en rapport à la recherche d'emploi. Une professionnelle vous donnera des conseils, par exemple sur l'entretien d'embauche, la lettre de motivation, le réseautage, la candidature en ligne.

Soutien à la postulation

- Vous décidez du soutien dont vous avez besoin. Que ce soit pour une reformulation de la lettre de postulation, pour remplir un formulaire en ligne, pour télécharger un PDF, etc.

Service de garderie d'enfants

Si vous avez besoin d'un service de garderie pour vos enfants, veuillez l'indiquer sur le talon d'inscription et nous vous contacterons pour l'organiser.

Forme

Apports théoriques, travaux de groupe, échanges sur les expériences, soutiens individuels.

Début et périodicité

Il est possible de rejoindre le groupe à tout moment.

L'offre de groupe a lieu une fois par semaine pour une durée de 2,5 heures.

L'offre de groupe est proposée en allemand et en français.

L'offre de cours peut être suivie jusqu'à ce qu'un emploi, évent. un stage, soit trouvé, mais au maximum 22 fois (environ 6 mois).

Prix

Pour les personnes ...

- à revenu modeste : prix à convenir.
- à revenu moyen ou élevé : CHF 30.- par participation.
- soutenues financièrement par le service social : les frais de CHF 30 par participation sont pris en charge par ce dernier.

L'offre est soutenue par la direction de l'instruction publique et de la culture du Canton de Berne.



Inscription

Au moyen du talon d'inscription ci-joint. Si vous avez des questions, veuillez nous contacter au 032 325 38 20.

Attribution

Module de base compétences élémentaire en informatique & Recherche d'un emploi en équipe

valable à partir du: 01.01.2025

Pour		Cliente / Client	
Nom	<input type="checkbox"/> Femme	
Prénom	<input type="checkbox"/> Homme	
Adresse, CP lieu		
Tél. fix/Natel		
Courriel		
Langue de consultation	<input type="checkbox"/> Allemand	<input type="checkbox"/> Français	

Approbation		Cliente / Client	
Date, signature :			

De la / du		Mandant-e	
Personne de contact pour le mandat du service social			
Nom / Prénom		
Service social / Adresse		
Adresse, CP lieu		
Tél.		
Courriel		
Date, signature :			

frac offres en groupe	
<input type="checkbox"/> C5 Module de base compétences élémentaires en informatique (compétences de base pour la recherche d'un emploi)	Fr. 30.- par participation
<input type="checkbox"/> C6 Recherche d'un emploi en équipe	Fr. 30.- par participation

Dossier de postulation		Cliente / Client	
<input type="checkbox"/> CV existant	<input type="checkbox"/> version papier	<input type="checkbox"/> version électronique	
<input type="checkbox"/> LP existante	<input type="checkbox"/> version papier	<input type="checkbox"/> version électronique	
<input type="checkbox"/> Certificats de travail, diplômes existants	<input type="checkbox"/> version papier	<input type="checkbox"/> version électronique	
<input type="checkbox"/> Connaissances en informatique pour la recherche d'emploi	<input type="checkbox"/> très bonnes	<input type="checkbox"/> moyennes	<input type="checkbox"/> aucune

Garde d'enfant(s)	
<input type="checkbox"/> J'ai besoin de garde pour mon/mes enfant(s) :	
Nombre d'enfant(s) :	Âge de/des enfant(s) :

Cours Kurs	Langue Sprache	Jour de cours / heures de cours Kurstag / Kurszeiten	Période de cours Kursperioden	
			1er semestre 1. Semester	2ème semestre 2. Semester
C5	Deutsch / Français	Montag / lundi, 8.30 – 10.30	06.01.2025 – 30.06.2025 Kein Kurs / Pas de cours : 21.04.2025, 09.06.2025	18.08.2025 – 16.12.2025
C6	Deutsch	Mittwoch, 9.00 – 11.30	08.01.2025 – 02.07.2025	20.08.2025 – 17.12.2025
C6	Deutsch	Mittwoch, 13.30 – 16.00	08.01.2025 – 02.07.2025	20.08.2025 – 17.12.2025
C6	Français	Jeudi, 9.00 – 11.30	09.01.2025 – 03.07.2025 Pas de cours : 25.05.2025	21.08.2025 – 18.12.2025
C6	Deutsch / Français	Donnerstag / jeudi, 13.30 – 16.00	09.01.2025 – 03.07.2025 Kein Kurs: 29.05.2025	21.08.2025 – 18.12.2025