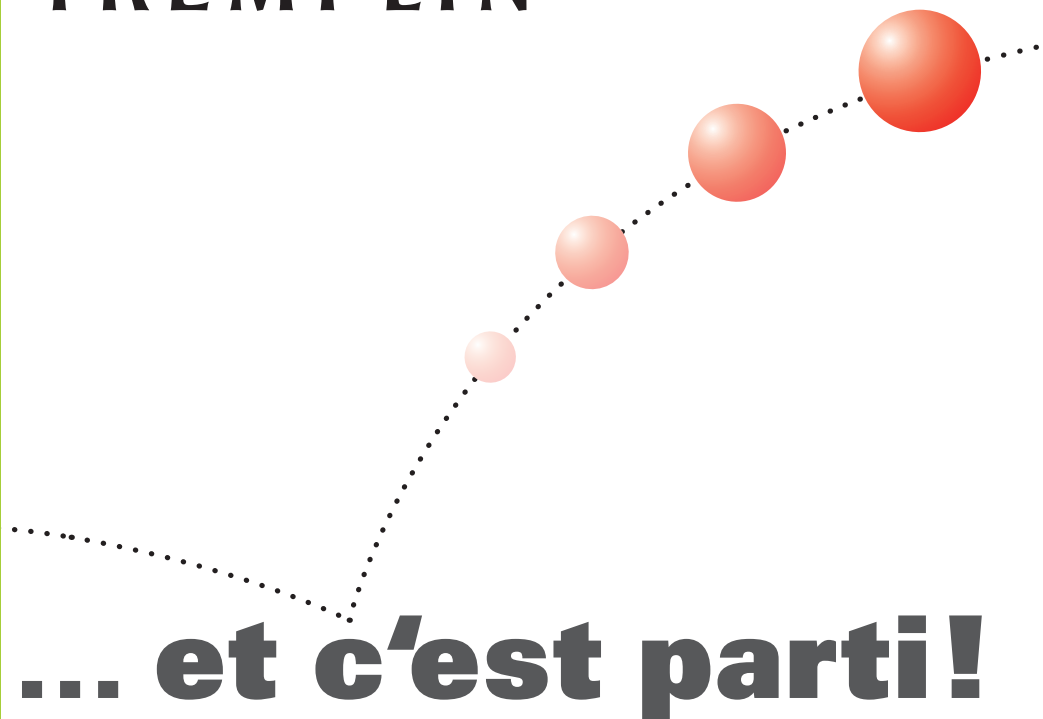


# TREMPLIN

Démarrer  
sur le marché  
du travail

Planification  
de carrière  
professionnelle



ZARABINA

*L'orientation professionnelle et le développement d'un plan d'action réaliste pour le futur professionnel, gagnent en importance, mais peuvent aussi surmener la personne.*

*Il est important de connaître ses propres compétences, souhaits et leur viabilité sur le marché de travail.*

*Développer de nouvelles perspectives professionnelles et privées dans ce contexte, n'est pas facile et amène à se poser un certain nombre de questions :*

- *Informations ciblées sur : comment accentuer la vue pour des possibilités et des chances ?*
- *Quelles sont mes compétences et comment les faire valoir ?*
- *Quel est le « plan d'action sur mesure » pour moi et quelles sont les prochaines étapes ?*

*Le séminaire Tremplin donne des pistes pour planifier durablement son parcours professionnel. Il encourage les participant(e)s à analyser leurs valeurs, compétences et objectifs personnels qu'ils/elles poursuivent.*

## Contenus

### Informations ciblées sur

- les profils professionnels, leurs exigences et les solutions alternatives
- le marché de l'emploi, le droit du travail et le droit social
- des possibilités de formation continue et de reconversion professionnelle, basées sur des recherches ciblées et réussies

### Aides pratiques pour

- mettre en évidence ses expériences et prendre conscience de ses ressources
- faire le bilan de compétences et savoir les présenter de façon convaincante
- déterminer ses besoins en développement personnel et professionnel
- développement d'un plan d'action individuel
- comparer son profil avec les exigences professionnelles
- préparer efficacement une candidature étroitement adaptée aux exigences, convaincante et « bien emballée »

## Méthode

- **Zarabina asbl. assure un encadrement personnalisé des participantes et participants**

Nos conseillères se réfèrent toutes aux mêmes exigences de qualité et de sérieux. Vous ne trouverez pas chez nous de « solution miracle ».

Nous appliquons des stratégies de conseils personnalisées, réalistes sur le fond et créatives dans le déroulement.

- **Nous offrons un travail intensif** en groupes restreints avec des feedbacks personnalisés.
- **Notre travail repose sur une approche systémique** qui favorise la prise de conscience spontanée, accélère la synthétisation de divers sujets et permet de déboucher sur de nouveaux éléments.

**ZARABINA** travaille selon les standards professionnels de l'Association CH-Q et avec le système de gestion de compétences **KODE®** et **KODE®X**.



**... et c'est parti!**

# TREMLIN

## destiné aux femmes et aux hommes

- de tout âge,
- envisageant une réorientation professionnelle,
- souhaitant développer un plan d'action réaliste et conçu individuellement,
- souhaitant s'intégrer durablement sur le marché du travail.

**Tremplin est un séminaire de 4 semaines (dates exactes sur demande), la participation au séminaire est gratuite**

## Avons-nous éveillé votre intérêt ?

Avez-vous des questions particulières ou souhaitez-vous demander un rendez-vous pour un entretien d'information individuel ? Nous vous conseillerons bien volontiers.

## N'hésitez pas à nous contacter :

### ZARABINA asbl.

37-39, rue Felix de Blochausen  
L-1243 Luxembourg

Tel.: 26 55 12 13 1

Fax: 26 55 12 14

E-Mail: [info@zarabina.lu](mailto:info@zarabina.lu)

[www.zarabina.lu](http://www.zarabina.lu)



Le projet TREMLIN de ZARABINA est subventionné par le Ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Economie sociale et solidaire et par le Ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse