

## 20 années au service de l'emploi ... avec une dynamique de groupe "Retour d'expériences".



Le précédent numéro (NEWS 66) portait sur la création de CQFD Cadres 78, le contexte qui a généré d'une part la rencontre des fondateurs, d'autre part la nécessaire démarche de ne pas rester isolé. Se regrouper, partager les expériences, apprendre à rebondir (comme l'évoque régulièrement les acteurs de l'Emploi), construire son projet et le "confronter" au marché et à ses besoins/attentes, représentent la démarche clé.

Retrouver, garder, afficher, témoigner de sa Confiance étaient et restent le leitmotif. "Tu as confiance, tu donnes confiance, ... c'est la confiance qui l'ouvre les portes" rappelons-nous régulièrement aux adhérents.

Lors des accueils et des travaux de groupe, nous constatons que la communication du parcours professionnel et de ses savoir-faire, au travers d'un CV, méritait non seulement des "retouches", mais un alignement avec les contenus des autres médias... notamment pour des objectifs de cohérence et au service du Projet professionnel !

A ce titre, le NEWS a sollicité les experts de l'association pour rappeler les fondamentaux de la communication écrite et l'importance du retour d'expériences. Enfin, dans cette *course à l'emploi*, vous êtes votre propre entrepreneur... nous rappelons qu'il faut accepter le risque et que vous êtes "le" produit, la niche ou l'expertise dont vos interlocuteurs ont besoin.

Remercions chaleureusement les Facilitateurs, celles et ceux qui soutiennent, conseillent, se rendent disponibles envers les membres en recherche d'emploi. Que 2014 ... soit propice au succès !

... C.Q.F.D., Compétences, Qualification, Fiabilité, Dynamisme... Tous pour un, un pour tous.

Jean-Gabriel Giraud, Président

### De l'art de rédiger un Curriculum Vitæ attractif ...


Par Edwige Gaba, Responsable Administratif & Financier



Avec une double formation

Finance et ressources humaines, Edwige Gaba acquiert une solide expertise polyvalente et transversale en tant que Chef Comptable puis Responsable financier et ressources humaines dans des PME/ETI et également dans des grandes entreprises de services au sein d'organisations internationales à forte culture business et nouvelles technologies telles AOL, Amdocs.

Responsable Administratif et financier, elle propose d'accompagner le chef d'entreprise dans la détermination de la stratégie et la mise en place des outils de pilotage et d'aide à la décision dans une optique de croissance et d'adaptation des organisations, y compris à l'international.

Lors de la conférence du RMS sur les nouvelles formes de recrutement 

(1), Jérôme Terninck, fondateur du cabinet Smartrecruiters aux États-Unis annonçait la mort du CV papier et l'avènement du "profil" sur les réseaux sociaux comme principal mode de recrutement, déjà en marche dans la Silicon Valley en Californie.

Le même pronostic est relayé en France, par Jacques Froissant, fondateur du cabinet Altaïde (cf. interview accordée à Média Etudiant).

Trois bémols à cet enthousiasme débridé :

1. Selon la 3ème enquête Emploi et Réseaux Sociaux (Rejionsjob- nov. 2012), seul 4% des recrutements ont abouti grâce aux réseaux sociaux et le recrutement 2.0 est passé seulement de 47% en 2010 à 53% en 2012 loin derrière les supports traditionnels.

2. Les arguments du recrutement 2.0 ne manquent pas : plus ludique, interactif,

connexion au blog du candidat, partage des fichiers slideshare etc. Reste qu'il existe une césure, car tous les employeurs ne recrutent pas via les médias sociaux : certains métiers ou secteurs comme l'hôtellerie, l'artisanat, la restauration, le commerce de détail, sont moins implantés sur ces médias et utilisent toujours les canaux traditionnels.

**"...il est capital sinon nécessaire, de prendre du recul sur soi, de mettre à plat ses compétences, de décortiquer son parcours professionnel avant toute rédaction du CV."**

3. C'est quand même oublié trop vite que le CV est, comme le nomment les Américains, un "Resume" de son identité professionnelle quelle que soit le support.

**Qu'est ce qu'un curriculum vitæ ?**

Curriculum vitæ « CV », signifie, en latin, "déroulement ou chemin de vie" ; c'est un résumé de ce que l'on a fait d'utile dans sa vie professionnelle. La difficulté est de déterminer ce qui est utile et ce qui est inutile. Le CV constitue donc une synthèse qui permet au recruteur de comprendre le parcours d'un candidat alors que la recherche des données sur internet est assez chronophage.

(1) conférence #RMSCONF (Recrutement Mobile et Social) - PARIS - 15 octobre 2012

### Sommaire

Page 1 : édito : le CV

Pages dossier : L'Art de rédiger un CV: Le Retour d'Expériences: Entreprendre.

Page 4 : repères, brèves, informations (vie de l'association, salons).



SITE INTERNET

<http://cqfd-cadres78.fr/cqfdforum/>

Rencontrez-nous sur notre site

## De l'art de rédiger un Curriculum Vitæ attractif ...

Par Edwige GABA (suite de la page 1)

Le CV constitue une synthèse qui permet au recruteur en un coup d'œil de comprendre le parcours d'un candidat alors que **la recherche des données sur internet est assez chronophage pour des entreprises** dont le mot d'ordre est d'aller très vite, de gagner du temps. Le CV demeure une base, est un classique, une habitude que bon nombre de recruteurs ne sont pas prêts d'abandonner.

### À quoi cela sert de rédiger un curriculum vitæ ?

Que vous soyez en phase de recherche d'emploi, de reconversion professionnelle ou d'activité, le CV est incontournable. **Outil de communication et de différenciation**, il sert d'accroche, suscite l'intérêt auprès de recruteurs, de futurs responsables pour obtenir un entretien, c'est-à-dire donner envie de rencontrer la personne pour poursuivre la présentation de vive voix.

### Comment rédiger un CV percutant ?

Mon CV est-il correct ? Quelles sont les règles ? A-t-il le bon format ? Quels éléments y inclure ? Comment se différencier ? Faut-il rédiger plusieurs CV ? ...C'est autant de questions que l'on se pose lors de la rédaction.

L'art d'un CV attractif et percutant est de **rester fidèle à ce que vous êtes**, de ne pas travestir la réalité parce que Votre CV vous représente

### Une seule règle : pas de règle absolue.

Il n'y a pas de modèle unique de CV, il en existe plusieurs selon l'expérience, les compétences à mettre en valeur : le CV est adapté à l'annonce, ou à l'entreprise cible qu'on vise.

Faites le test: montrez votre CV à 10 personnes et vous aurez 10 avis différents. Ne vous braquez pas, faites preuve de recul, ayez l'esprit ouvert pour recevoir et vous nourrir des critiques, commentaires, observations dans le but d'améliorer l'attractivité de votre CV.

Pour ce faire, il est capital sinon nécessaire, de prendre du recul sur soi, de mettre à plat ses compétences, de décortiquer son parcours professionnel avant toute rédaction, qui doit être minutieusement préparée "**Connais-toi, Toi-même**" (Socrate—Vème siècle av. JC).

La connaissance ou l'observation de soi, rend libres et capables de nous suffire, pour (re) prendre confiance en nous.

Pour bien se connaître, le **bilan de compétences** reste l'outil indispensable, complet à utiliser : il analyse le parcours et évalue les compétences professionnelles, personnelles développées au cours des années ainsi que les aptitudes, les valeurs. L'objectif est de définir un projet professionnel cohérent, réaliste et adapté au marché de l'emploi.

A la fin du bilan, un document synthétise votre expérience en 3 catégories

- Le **savoir** (ensemble des connaissances acquises par des études) (Formations). Précisez ce qu'elles vous ont apporté au niveau professionnel et mettez en adéquation leurs matières principales avec les missions visées ;
- Le **savoir-faire** (connaissance des moyens qui permettent l'accomplissement d'une tâche) : c'est la rubrique

Compétences du CV. Il s'agit ici de démontrer ses réalisations probantes en les détaillant et en mettant en exergue les compétences mobilisées ou développées en ces occasions ;

- Le **savoir être** (capacité à produire des actions et réactions adaptées à l'environnement humain et écologique). Ce sont les qualités personnelles, la capacité à travailler en équipe, de résistance au stress, de respect des délais, de fidélité, de constance, de leadership, d'initiative, à mener à terme un projet sous contrainte temporelle, budgétaire, humaine.

Le **bilan de compétences** vous décrit, met en relief vos points forts, vous donne le temps de révéler ce qui vous caractérise vraiment, ce qui fait que vous êtes unique, différent des autres.

Cette fouille de votre histoire permet de dégager une logique propre et positive en révélant votre identité, votre personnalité et de disposer d'une palette exhaustive de vos compétences dans laquelle vous pouvez puiser pour coller votre CV à l'entreprise ou au profil recherché.

### Les caractéristiques d'un bon CV

- **Ciblé** : Le CV s'adapte à l'employeur, à l'annonce ; il est rédigé en fonction de l'objectif à atteindre : obtenir un RDV ! Aussi, allez à l'essentiel en mettant en avant ce que recherche en priorité le recruteur.

- **Clair** : Un bon CV doit être clair, aéré et structuré (exemple : compétences, diplômes, expériences, Divers/Passions, propre afin que le recruteur puisse en un coup d'œil lire les informations les plus significatives. Utilisez un style sobre, pas coloré, une police de caractère bien lisible. Relisez attentivement votre CV, faites le relire à des proches et corrigez les fautes d'orthographe.

- **Concis & Complet** : Le CV vous raconte mais n'est pas un roman, une biographie. Une personne de 55 ans a beaucoup plus d'expérience qu'un jeune diplômé certes mais faites une sélection rigoureuse au bénéfice d'une information plus utile.

Pour autant, concision ne veut pas dire lacunisme. Soyez parlant, vivant, positif en illustrant par des réalisations probantes lors des missions que vous avez acceptées.

### Ne cherchez pas à rédiger un CV parfait, essayez de rédiger un CV qui vous ressemble et Soignez le.

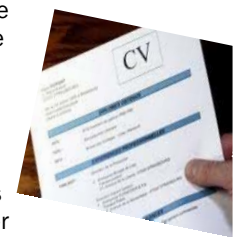
Posez-vous toujours deux questions essentielles : Quelles sont les caractéristiques importantes que recherche le recruteur ?

quelles de ces caractéristiques je possède et comment les mettre en valeur ?

Une fois rédigé, le CV n'est jamais envoyé seul: il accompagne la lettre, le mail de motivation.

Rappelez-vous que votre CV et lettre vous représentent et bien se préparer vous donne confiance en vous et vous aide à créer un profil attractif sur les médias sociaux.... Et de communiquer avec pertinence par écrit.

NDLR : la LM sera abordée dans le NEWS 68



## Le Retour d'Expériences... facteurs de progrès d'un groupe, d'une personne.

Responsable national d'animation du Réseau Cocagne (120 Jardins de Cocagne) qui permettent à des personnes de se réinsérer par le travail en maraîchage biologique. Après 20 ans passés dans le Retail et les réseaux de franchise ou coopératifs, le secteur associatif m'a ouvert ses portes.

Faire cohabiter ensemble l'environnement, le social et l'économie est passionnant. Le secteur marchand a beaucoup à apprendre de l'ESS et devrait bâtir des partenariats dans un esprit "gagnant-gagnant". La RSE d'une entreprise ne doit pas être un vain mot. En parallèle, l'Association est de plus en plus considérée comme une entreprise (tenant compte des financements de la collectivité mais aussi de ses performances économiques).

Mes valeurs de partage, d'innovation, d'expérimentation, d'échange, de travail en équipe, de découverte se retrouvent dans cet univers nouveau. La nature humaine reste cependant la même et le facteur majeur de réussite dans quelque domaine que ce soit reste bien La Personne.



Thierry PIMOND

Ce "Rex" est un enrichissement des connaissances à partager, échanger, discuter afin qu'il atteigne son but.

**Comment valoriser le "Rex", le faire progresser ?** Qu'entendons-nous par expérience(s) ?

Même si le terme "Rex" émane de l'entreprise, je propose qu'il englobe à la fois les aspects professionnels et personnels : les démarches de réflexion, de travail, d'action en résultant restent ou devraient rester identiques.

Si on dissocie les expériences (part d'incertitude) des initiatives (action, activité, projet, programme....) qui ont un but déterminé, très rapidement ces dernières seraient appréhendées comme des expériences didactiques, formatrices, capitalisables.

Citons Platon : "l'expérience doit préserver l'autonomie, l'initiative de l'esprit humain. Elle peut donner lieu à une sorte de prudence avisée tant pour la connaissance que pour l'action". Enfin de l'expression "tirer les

leçons de l'expérience", qu'en tirons-nous comme conclusion et quel sens devons-nous lui donner ? A l'idée d'épreuve s'ajoute celle d'acquisition de savoirs (faire et être).

**L'expérience est irremplaçable**, indispensable à partir du moment où nous en réalisons un bilan.

Au plan macroéconomique, examinons des exemples récents : Fukushima, la crise de la vache folle, les crises financières (sub-primes et autres)...

**La mise en pratique de ces "Rex" (dans une entreprise) :**

- met en avant et analyse tous les domaines de réalisation : la préparation, l'expérimentation, l'évaluation, ainsi que les contextes humains dans toutes ces phases de progression des expériences.
- Porte à la fois sur les réussites mais aussi sur les incidents, quasi-accidents (rôle des IRP).
- Doit être organisée et identifiée (pourquoi, comment, quelle finalité), bien gérée dans le temps en faisant parti-

ciper les différents secteurs concernés directement ou indirectement.

- fait ressortir les points positifs/négatifs, les erreurs, les succès.
- fait émerger les innovations et progrès.

Par ex. les différents questionnaires de satisfaction peuvent avoir cette vocation. Ils sont, certes, analysés en interne, mais à quel moment et comment une synthèse en est faite à tous les clients-consommateurs.

Au niveau de l'entreprise, ces données travaillées, commentées, sont source de progrès incontestable et seront alors quantifiées et transformées en indicateurs de performance partagés.

**"Le REX ?... Une des forces de CQFD en est la pratique permanente."**

Au niveau personnel, fonctionnons-nous de la même manière ? Je laisse à chacun d'entre nous le loisir d'y répondre....

CQFD m'a donné la possibilité de travailler sur ces deux aspects à travers, entre autres, les ateliers 'Projet professionnel', les réunions du Jeudi et pour certaines, leur préparation. L'écoute, la mobilisation des énergies consacrées aux autres sont des facteurs clés permettant de conduire, d'enrichir notre expérience tant au quotidien que pour le futur.

Le partage et la co-construction de travaux, de recherche, contribuent à enrichir notre expérience mutuelle, pour pouvoir ensuite la restituer de façon formelle ou informelle.

La prise de conscience de "l'autre" de façon proche ou éloignée, qui est la base du réseau tant nécessaire à notre situation, se nourrit de ces expériences multiples et variées que chacun d'entre nous vit ou a pu vivre. Cet impératif catégorique de **vie collective** nourrit ces "rex" et nous permet de garder espoir dans le futur.



## Entreprendre.

Par Martine PUJOL



Martine a rejoint l'association comme consultante auprès des adhérents, puis a exercé comme salariée pendant 4 années consécutives.

Aujourd'hui, elle continue d'assurer le suivi d'entrepreneurs et de demandeurs d'emploi.

La crise économique touche de nombreux pays européens et l'impression de déclin prévaut chaque jour davantage, notamment en France.

Que faut-il faire ? Rien et attendre des jours meilleurs ? Accepter l'irréversible ? Il y a peut-être une solution : changer votre mode de vie, sortir de la routine confortable ce qui peut paraître risqué en ces temps difficiles. C'est-à-dire vous prendre en mains, devenir entrepreneur de vous-même.

Plus qu'un métier, vous avez des idées et envie de les faire partager. Vendez-les auprès de vos clients en tant qu'entrepreneur ou en tant qu'éventuel salarié auprès d'entreprises que vous souhaiteriez intégrer. Devenez "le" produit, la niche ou l'expertise dont vos interlocuteurs ont besoin.

**Laissez parler votre intuition, soyez créatifs, prenez du recul et surtout le temps nécessaire.** Réfléchissez, échangez, confrontez-vous au marché, enfin donnez-vous les moyens d'apporter à vos clients le "quelque chose" en plus, la vision qui vous est propre, l'élément innovant qu'ils recherchent depuis longtemps sans le trouver.

Soyez à leur écoute, identifiez leurs besoins et essayer d'innover. Évidemment, il faut être réactif, imaginatif et proposer un projet ou un produit "autre" avec une vraie valeur ajoutée.

**Donnez-vous enfin le droit à l'initiative, à l'erreur (il est important de savoir rester humble même face à de très grands projets), le droit de risquer et d'expérimenter, le droit de rêver et de s'exprimer librement, le droit d'accomplir son travail en ayant du plaisir et enfin le droit de réussir.** (Suite page 4)

**Entreprendre.** (suite de la page 3)  
Par Martine PUJOL



L'entreprise qui sécurise devient de plus en plus un vestige du passé. C'était confortable... Mais désormais, il va falloir accepter le risque, le changement afin de se différencier et aboutir à cette nouvelle culture de l'innovation, gage de la compétitivité.

**Au bout, il y a la réussite, le plaisir de voir son projet aboutir,** l'impression d'être libre et en même temps de contribuer à la prospérité économique, provisoirement en sommeil.

Certains ont compris et osé : des sociétés qui recherchent des collaborateurs qui se prennent en main et apportent leurs idées (3M – Ernst and Young – Manutan – Twenga,...), des personnes parfois que vous connaissez (Sylvie, Jean-Marc, Béatrice, Philippe et bien d'autres...). Parlez-leur !

Je vous propose de prendre un ticket dans la course à la compétitivité.

Quand vous prendrez le départ, allez-y mais ne jetez pas de regard en arrière.

**La seule chose à ne pas oublier, c'est le partage humain, c'est tout ...**

## REPERES & TAGS.

### Outils & dossiers :

Retrouvez les conseils, analyses, témoignages, retours d'expériences ... par des experts et les membres de CQFD.

Les NEWS sont accessibles sur notre Forum et téléchargeables.



Concert lors des « Les 20ans de CQFD » : concert

## NOS ACTIONS



Le groupe de "Facilitateurs"

RH. Nous remercions Marie-Laetitia Dupré, Edwige Gaba, Carola Gawehn, Alain Colas, Marc Eblé, Guy Ferron pour leur disponibilité, leur écoute et leurs propositions dans le travail de (re) positionnement de tout un chacun.



Ateliers de travail individuel et/ou collectif, groupes métier, ateliers bureautique, sessions d'anglais (vocabulaire, conversation)... sont autant de supports qui contribuent à retrouver confiance et à consolider son discours.

Merci au conseil d'administration & à tous qui de plus en plus nombreux dynamisent les ateliers par leur implication, motivation et initiatives (Gudrun, Lillian, Solène, Vincent, Régis, ...).

CQFD complimente AlainS, GillesS, administrateurs Web, ainsi que Régis & Edwige qui s'investissent dans notre révolution 2.0.

**Animation de groupes de travail :** RH, Informatique, Prise de Parole en Public, ... CV Vidéo, Gestion du temps, Com ' ...



éc199



éc199

**Animation d'ateliers :** projet professionnel, CV, simulation d'entretien, accueil, salons professionnels, English workshop, tableur, outils collaboratifs, recherche informationnelle, Réseaux, Médias Sociaux ...

En plus d'être une aide à la recherche, ces ateliers sont de véritables outils pédagogiques.

**Les 20 ans :** réunion festive & amicalie regroupant 50 adhérents et ex-adhérents; échanges, animations (sketch, concert)...

### Thèmes traités lors des réunions du jeudi :

'Le monde de la biologie médicale'; 'Les Techniques d'entretiens téléphoniques'; 'La fonction d'achat'; 'Parler de soi' - 'Inventaire de personnalité - Sosie MBTI'; 'Relations Hiérarchiques / Motivations des collaborateurs'; Offre globale 'English Workshop'; 'Le droit du travail et sa mise en application'; 'Le métier du "Business Analyst"'; 'La Stratégie Marketing'; 'L'écoute active'; 'Présentation des média sociaux'; 'Le Médicament'



CQFD au Forum de l'Emploi (St Germain)

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

éc199

**LA VIE DE L'ASSOCIATION**  
<http://cqfd-cadres78.fr/cqfdforum/>

### NOTRE RAISON D'ÊTRE.

CQFD-Cadres 78 facilite la réinsertion professionnelle des cadres. L'accueil et l'environnement leur permettent de rompre leur isolement, de garder leur potentiel.

### NOTRE DEMARCHE.

Dynamique de groupe, méthodologie, mise en situation, prise d'initiative, écoute mutuelle.

### NOS ACTIVITÉS.

- \* Animation d'ateliers par les bénévoles et par les adhérents eux-mêmes : projet professionnel, CV, simulation d'entretien, communication écrite, veille professionnelle, outils bureautiques, réseaux sociaux, métiers ... ;
- \* Échanges hebdomadaires sur des sujets proposés par les participants ; Salons professionnels et contact des entreprises ;
- \* Consolidation de notre réseau avec de nombreuses associations socioprofessionnelles.

### NOUS DEMANDONS :

- \* Le respect de notre éthique et de notre mode de fonctionnement.
- \* Une participation régulière et active aux groupes & aux missions.
- \* Une présence à nos réunions d'information et de travail.

**Vous recevrez en fonction de ce que vous apporterez.**

### NOS RÉSULTATS.

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier, 20 personnes ont retrouvé un poste (CDI, CDD, mission moyenne ou longue durée, création d'entreprise).

### POUR NOUS RENCONTRER (accueil).

... tous les mardis à 9h précises, au CIAV - 3 avenue des Pages - 78110 LE VESINET.

Cet accueil n'est pas une permanence, les bénévoles vous remercient de respecter l'horaire indiqué.

### POUR NOUS CONTACTER :

Accueil téléphonique : 06 17 43 34 80  
ou  
par mail : [contact@cqfd-cadres78.fr](mailto:contact@cqfd-cadres78.fr)

### NEWS 67 : COMITE DE REDACTION

Jean-Gabriel GIRAUD  
(Responsable Rédaction)  
Jean-Paul GOUSSAULT  
(Conseil Publication)  
Guy BONVARLET, Guy FERRON,  
Edwige GABA, Thierry PIMOND,  
Martine PUJOL.

Webmaster : Gilles SAMSON  
Administrateurs 2.0 : Gilles SAMSON,  
Alain SAILLARD  
Contributeurs 2.0 pour la 'Web attitude' :  
Régis, Marc, Carola, Solène, Edwige.

Imprimerie : Acapital  
Dessins / Icono : clipart / X  
Photos : jgg, gfn, ega, tpn,X.

INFOS GENERALES  
GSM 06 17 43 34 80



## PARTENAIRES & RELATIONS EXTERIEURES :

- \* Nos sincères et chaleureux remerciements aux BME de la Boucle, ainsi que Le Pecq & St Germain, pour leur écoute et l'attention portée à notre dynamisme, et, surtout, pour leurs actives contributions aux succès de nos activités.
- \* Rencontres avec Pôle Emploi, des conseillers et les structures locales d'accompagnement.
- \* INFOthèque (conférences, médiathèque...).
- \* Prospection dans les salons de l'Île de France (et collecte de postes).



## Nos partenaires :

Mairies Le Vésinet, Chatou, Montesson, Croissy, Association Tout Autre Chose Chanorier, Le Pecq, St Germain; Pôle Emploi St Germain – Sartrouville – Poissy ; Conseil général 78, Maison de l'Europe ; CCIV/CCIP, CEEVO95 ; APEC La Défense, Cergy, Montigny ; SGES, Perspectives & Emploi, EDM, SNC, CPE Paris, BAE, QuinquasCitoyens, PIVOD, BGE, Mission locale, ADmissions, O'Portage, ALTER&Co, Feature DDC, Optim'PME, ESAT Fourqueux, A Capital.



... les berges de la Seine - (c) jgg