



10 stappen naar werk

Inhoud

1. Waar ben jij goed in?	4
2. Praat met mensen die kunnen helpen.	6
3. Schrijf je in als werkzoekende. Vraag info in een Werkwinkel.	8
4. Kijk verder dan je droomjob alleen, probeer ook eens iets nieuws!	10
5. Gezond eten en bewegen ...	12
6. Blijf actief!	14
7. Kom op tijd!	16
8. Maak een goede eerste indruk.	18
9. Bel de werkgever op na het gesprek.	20
10. Denk na over je zoektocht naar werk.	22
Info	24
Het CV	26
De motivatiebrief	34

Met de steun van:



Waarom dit boekje?

10 tips:

Om je te helpen in jouw zoektocht naar werk.

Geen tips uit moeilijke boeken ...

... maar tips uit het echte leven!

Dus: klaar ... start!



Stap 1

Waar ben jij goed in?



Wat kan jij heel goed? Weet je het niet? Er zijn mensen die je kunnen vertellen waar jij goed in bent.

Wat kan ik?

.....
.....
.....
.....

Wat ken ik?

.....
.....
.....
.....

Wat maakt mij uniek?

.....
.....
.....
.....

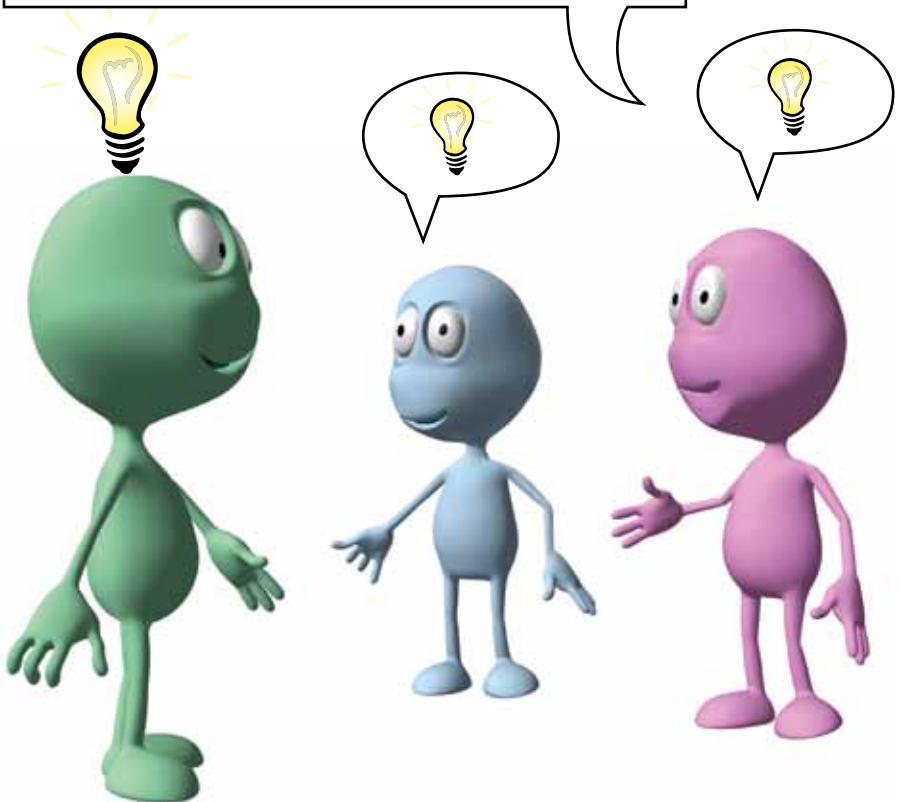
Wat moet ik kunnen voor de job?

.....
.....
.....
.....

Stap 2

Praat met mensen die kunnen helpen.

Vrienden of familie hebben misschien ook al eens werk moeten zoeken. Zij kunnen je tips geven over vacatures, solliciteren, ...
(J., 23 jaar, Heule)



Wil je een babbel met een expert op gebied van werk zoeken en solliciteren?
Ga dan nu naar stap 3.

Dit wil ik onthouden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dit ga ik doen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

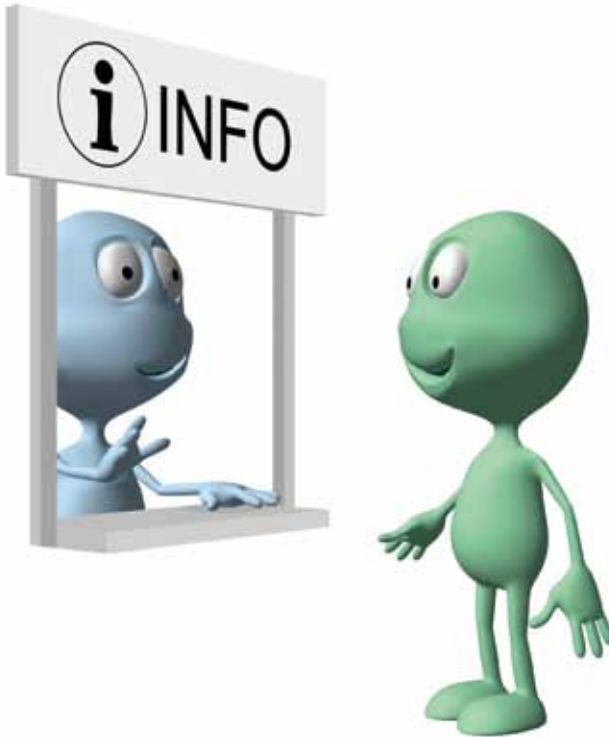
.....

.....

.....

Stap 3

**Schrijf je in als werkzoekende.
Vraag info in een Werkwinkel.**



Er zijn begeleiders die helpen bij het solliciteren:

- Vacatures zoeken
- CV opmaken
- Tips voor het sollicitatiegesprek
- ...

Ga er eens langs!

Mijn begeleider is:

.....
.....

Telefoonnummer:

.....
.....

E-mail:

.....
.....
.....
.....
.....

Adres:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Stap 4

**Kijk verder dan je droomjob alleen,
probeer ook eens iets nieuws!**

Ik zocht 3 jaar naar een job als magazijnier, maar vond niets. Ik besloot om te solliciteren voor andere jobs. Nu werk ik al 4 maand als tuinier en ik doe het heel graag. Dat had ik nooit gedacht!
(W., 38 jaar, Kortrijk)



Zin in iets nieuws? Er bestaan veel opleidingen om een nieuwe job te leren. Ga eens langs in een Werkwinkel en vraag info.

Stap 5

Gezond eten en bewegen ...

Als ik goed voor mezelf zorg, dan straal ik dat uit en zien anderen dat ook. Dit komt goed over bij de werkgever.



Om je op weg te helpen:

- Eet veel groenten en fruit
- Eet niet te veel vet en suiker
- Drink niet te veel alcohol
- Drink genoeg water
- Rook zo weinig mogelijk
- Beweeg

Dit wil ik onthouden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dit ga ik doen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

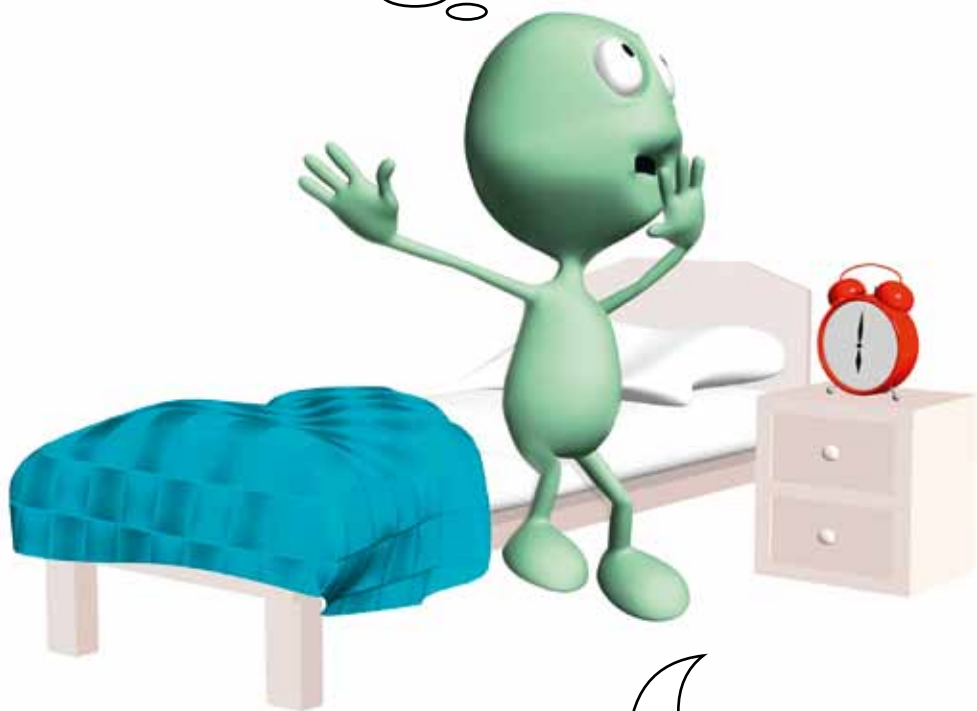
.....

.....

Stap 6

Blijf actief!

's Morgens vroeg werk zoeken toont dat je gemotiveerd bent. En je hebt nog een hele dag tijd voor andere dingen!



Ik werk als vrijwilliger en ik ben lid van een vereniging. Dit vertel ik zeker op een volgend sollicitatiegesprek!
(A., 39 jaar, Kooigem)

Dit wil ik onthouden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dit ga ik doen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Stap 7

Kom op tijd!

Om meer op mijn gemak te zijn,
kan ik ook iemand vragen om
met mij mee te gaan!



Welke weg of bus neem je best?
Probeer de weg eerst eens uit en schrijf de
bus- en treinuren op.
Vertrek op tijd!

Mijn voorbereidingen op een sollicitatiegesprek:

.....
.....
.....
.....
.....

Volgende afspraken:

Datum & uur:

Naam werkgever:

Adres:

.....

Telefoonnummer:

Datum & uur:

Naam werkgever:

Adres:

.....

Telefoonnummer:

Datum & uur:

Naam werkgever:

Adres:

.....

Telefoonnummer:

Stap 8

Maak een goede eerste indruk.

Zoek naar info over het bedrijf en de job voor je gaat solliciteren, zodat je goed voorbereid bent!



Zorg dat je proper bent en fris ruikt:

- Kam je haren
- Poets je tanden
- Trek verse en propere kledij aan
- Rook niet en drink geen alcohol voor het sollicitatiegesprek

Zo maak je een goede eerste indruk.

Dit wil ik onthouden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dit ga ik doen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Stap 9

Bel de werkgever op na het gesprek.

Ik was zenuwachtig toen ik de eerste keer belde naar een werkgever. Ik wou me niet opdringen! Maar ik bleef opbellen, na ieder sollicitatiegesprek ... En het is gelukt, sinds vorig jaar heb ik een leuke job! (L., 51 jaar, Bissegem)



Enkele dagen na het sollicitatiegesprek bel je de werkgever op. Dit toont dat je de job echt wil.

Dit wil ik onthouden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dit ga ik doen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Stap 10

Denk na over je zoektocht naar werk.

Schrijf je afspraken in een agenda of notitieboekje. Dit kan interessant zijn om later nog eens na te kijken.



Als je al een lange tijd werk zoekt, zonder resultaat, dan denk je best eens goed na. Wat lukt goed? Wat lukt niet goed? Wat kan je doen om beter te solliciteren? Praat met je begeleider!

Dit wil ik onthouden:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dit ga ik doen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Lokale Werkwinkel

Contactpersoon:



Adres:



Telefoon:



.....
Contactpersoon:



Adres:



Telefoon:



.....
Contactpersoon:



Adres:



Telefoon:



.....
Contactpersoon:



Adres:



Telefoon:



.....
Contactpersoon:



Adres:



Telefoon:



.....
Contactpersoon:



Adres:



Telefoon:

Het CV: een voorbeeld

CURRICULUM VITAE

Persoonlijke gegevens

Naam	Kurt Rottiers
Adres	J.B. Corremansstraat 50 bus 1 8500 Kortrijk
Telefoon	0479 73 38 76
Geboren	te Harelbeke op 14 augustus 1964
Burgerlijke staat	Ongehuwd
Nationaliteit	Belg

Studies

- Secundair Beroepsonderwijs richting Hout 1976-1980
VTI Kortrijk
Certificaat 2^{de} graad BSO Hout
- Basisonderwijs 1970-1976
Basisschool Sint Paulus te Kortrijk

(vervolg blz. 28)

Mijn eigen CV

Persoonlijke gegevens

Voornaam

Naam

Adres

.

Telefoon/GSM

Geboorteplaats en –datum

Nationaliteit

Burgerlijke staat

Studies

Recentste studie eerst vermelden

(doe dit ook bij bijkomende opleidingen en werkervaring)

Richting en niveau

Naam en plaats van de school

Periode (datum)

Diploma of getuigschrift

Richting en niveau

Naam en plaats van de school

Periode (datum)

Diploma of getuigschrift

Bijkomende opleidingen

- Initiatie computer 2010
Wegwijs - Mentor vzw Kortrijk
- Heftruckbestuurder 2008
VDAB Wevelgem

Werkervaring

- Gevelreiniger 14/10/2010 – 24/12/2010
Everyday Cleaning Services - Zwevegem
- Machinebediener 01/02/1993 – 15/05/2007
Cookies & Crumbles – Kuurne
- Uitzendkracht arbeider bouw 1990 – 1992
Grypeert & Zonen, BVBA Desmyttere, ...
- Schrijnwerker 1980 – 1988
Millenium design - Kortrijk

(vervolg blz. 30)

Bijkomende opleidingen

Beroepsopleidingen, aanvullende opleidingen (avondonderwijs, ...)

Soort opleiding

Naam en plaats van de school

Periode (datum)

Diploma of getuigschrift

Soort opleiding

Naam en plaats van de school

Periode (datum)

Diploma of getuigschrift

Werkervaring

Professionele werkervaring, stages, vakantiejobs, vrijwilligerswerk

Naam en plaats van de firma

Periode

Functie

Naam en plaats van de firma

Periode

Functie

Naam en plaats van de firma

Periode

Functie

Naam en plaats van de firma

Talenkennis

- Nederlands: moedertaal
- Frans: basiskennis

Computerkennis

- Word: basiskennis
- Internet: basiskennis

Vaardigheden

- In het bezit van een heftruckattest
- Kennis van schrijnwerkmachines
- Sterk in zelfstandig werken
- Betrouwbaar en gemotiveerd persoon
- In staat om fysiek zwaar werk te verrichten

(vervolg blz. 32)

Periode

Functie

Naam en plaats van de firma

Periode

Functie

Talenkennis

Enkel indien relevant!

Moedertaal:

Andere talen:

- Nederlands (Basis, goed, heel goed, ...)
- Frans (Basis, goed, heel goed, ...)
- Engels (Basis, goed, heel goed, ...)
- Duits (Basis, goed, heel goed, ...)
- (Basis, goed, heel goed, ...)

Indien bediendefunctie: duidelijk vermelden: lezen, schrijven, begrijpen en spreken

Computerkennis

Programma's + mate van kennis vermelden

- Word (Basis, goed, heel goed, ...)
- Excel (Basis, goed, heel goed, ...)
- PowerPoint (Basis, goed, heel goed, ...)
- Outlook (Basis, goed, heel goed, ...)
- Internet (Basis, goed, heel goed, ...)
- (Basis, goed, heel goed, ...)

Vaardigheden

.

.

.

.

Hobby's / Vrije tijd

- Tuinieren en klusjes opknappen in en rond het huis

Bijkomende informatie

- Kom in aanmerking voor een activa werkkaart D5
- Rijbewijs B en eigen wagen
- Voorkeur voor voltijds werk
- Onmiddellijk beschikbaar
- Verkies te werken in regio Kortrijk

Referenties

- Callewaert Marlies

Trajectbegeleidster Werk.punt

056/26.67.99

- Dhr. Laurent Vandamme

Personeelsverantwoordelijke Cookies & Crumble Kortrijk

056/40.18.05

.....
(bv. in bezit van heftruckattest, kunnen werken met professionele boen-
machine, kunnen bedienen van schrijnwerkmachines, kunnen werken met
elektronisch kassasysteem, ...)

(maar ook bv. sociaal, flexibel, doorzettingsvermogen, gemotiveerd, klantvrien-
delijk, geduldig, ordelijk, goed kunnen samenwerken of alleen werken, ...)

Vaardigheden kan je ook vermelden in je brief + aantonen via voorbeelden

Hobby's/ Vrije tijd

Enkel indien relevant voor de functie

Kan ook bij bijkomende informatie gezet worden

.....
.....

Bijkomende informatie

Tewerkstellingsmaatregelen, rijbewijs- eigen wagen, onmiddellijk beschikbaar
bereid tot weekend- of ploegwerk

Alle overige relevante info

.....
.....
.....

Referenties

Toestemming vragen, alleen recente referenties vermelden, 100 % zeker zijn
dat het een positieve referentie is

Naam

Functie

Bedrijf

Telefoon

De motivatiebrief: een voorbeeld

Anke Desmet
Fuchsiastraat 19
8500 KORTRIJK
0496 38 22 73

2011-09-02

Wouter Van Wielsmaal
Cleanstore
Kortrijksesteenweg 136
8870 IZEGEM

Vacature poetsvrouw

Geachte meneer Van Wielsmaal

Naar aanleiding van uw vacature op de VDAB-website wil ik mij kandidaat stellen voor de openstaande betrekking van poetsvrouw.

Momenteel werk ik als schoonmaakster bij hotel Nero te Lendeledede. Het is een leuke en afwisselende job, maar jammer genoeg van bepaalde duur. Graag wil ik als poetsvrouw blijven werken. Hard werk schrikt me niet af. Bovendien ben ik betrouwbaar en zeer nauwkeurig.

Een groot bedrijf als Cleanstore biedt wellicht heel wat mogelijkheden. Daarom had ik me graag persoonlijk aan u voorgesteld.

In bijgevoegd cv vindt u verdere gegevens.

Met vriendelijke groet

Anke Desmet

Bijlage: cv

Een beetje inspiratie

Inleiding

Mag ik mij even voorstellen? Ik ben zeer dynamisch van aard en zou graag in aanmerking komen voor een job als ...

Graag zou ik solliciteren naar een job als ... in uw bedrijf / organisatie / ziekenhuis / school / ...

Hebt u soms nog een job vrij voor een vlotte verkoopster? In dit geval zou ik mij graag kandidaat stellen voor deze job.

Sedert lange tijd gaat mijn belangstelling uit naar een job als kinderverzorgster in een kinderdagverblijf, vandaar deze sollicitatiebrief.

Graag zou ik mij kandidaat willen stellen voor een betrekking als heftruckbestuurder in uw bedrijf.

Omdat ik erg geïnteresseerd ben in uw bedrijf, zou ik mij willen kandidaat stellen voor een job als magazijnier.

Via mijn buurvrouw heb ik vernomen dat u een verkoopster wil aanwerven. Graag zou ik in aanmerking komen voor die betrekking.

Aangezien uw bedrijf in volle expansie is, bent u waarschijnlijk vaak op zoek naar gemotiveerde inpakkers. Ik wil mij graag kandidaat stellen voor zo'n betrekking.

Indien er in de nabije toekomst een vacature is in uw organisatie voor een enthousiaste onthaalbediende, dan stel ik mij hiervoor graag kandidaat.

Omdat mijn interesse voor een job als groenarbeider erg groot is, zou ik mij graag eens komen voorstellen.

Gisteren heb ik in "De Streekkrant" een advertentie gelezen waarin u een nieuwe polyvalente medewerker vraagt. Graag zou ik hiervoor in aanmerking komen.

Naar aanleiding van uw advertentie in "De Streekkrant" waarin u inpakkers vraagt, zou ik graag solliciteren naar deze betrekking.

Midden

Daarom volgde ik een beroepsopleiding bij Mentor vzw te Kortrijk, die grotendeels gericht is op het opleiden van professioneel onderhoudspersoneel.

Om daarvoor in aanmerking te kunnen komen, volgde ik een beroepsopleiding bij Mentor vzw te Kortrijk. Deze cursus is gericht op het trainen van professionele keukenhulpen.

Momenteel volg ik de beroepsopleiding V.O.R.K. (Vorming Opleiding Restauratie Kortrijk) bij Mentor vzw te Kortrijk. Deze cursus is niet alleen theoretisch opgevat, het grootste deel van de uren worden besteed aan het inoefenen van dagelijkse praktijk in een professionele keuken. In het kader van deze cursus mogen we ook stage lopen in uw restaurant.

Ik heb ervaring als inpakster: ik heb dit werk reeds zes jaar gedaan in een koekjesfabriek.

Ik heb vijf jaar Snit en Naad gevolgd in het Sint-Vincentiusinstituut te Menen en heb reeds wat ervaring kunnen opdoen in een naaiatelier.

Ik ben vroeger al tewerkgesteld in deze sector en deed mijn werk met groot enthousiasme. Daarom ben ik nu op zoek naar een job in de bouw waar ik al mijn energie in kwijt kan.

Ik zou zeer graag dit werk opnieuw willen uitoefenen. Ik heb reeds 3 jaar gewerkt in een recuperatiebedrijf en verlang ernaar opnieuw aan de slag te kunnen.

Ik heb 10 jaar als stikster gewerkt en ben toen wegens faillissement werkloos geworden. Daarna kreeg ik de kans om bij Mentor vzw de cursus huishoudhulp te volgen. Een stage als strijkster viel mij zo goed mee dat ik mijn verdere loopbaan in die richting zou willen verder zetten.

Na een contract van bepaalde duur in de Kringloopwinkel, wens ik opnieuw een job te vinden in de sector van meubelrenovatie. Tijdens mijn tewerkstelling heb ik de kans gekregen om mij bij te scholen over de nieuwste technieken.

Hierbij voeg ik mijn curriculum vitae.
Hierbij vindt u ook mijn curriculum vitae.
Ingesloten voeg ik mijn curriculum vitae.

Slot

Ik ben altijd bereid een afspraak te maken voor een persoonlijk gesprek.

Ik ben altijd bereid tot een persoonlijk gesprek.

Ik zou het zeer waarderen als ik in aanmerking kon komen voor een sollicitatiegesprek.

Mocht u belangstelling hebben, dan kan ik mij altijd vrijmaken voor een gesprek met u.

Ik zou het zeer waarderen, mocht u mij willen uitnodigen voor een persoonlijk gesprek. Op die manier kan ik u nog meer gegevens verstrekken over mezelf.

Mijn curriculum vitae kom ik graag toelichten tijdens een persoonlijk gesprek.

Ik zou graag mijzelf eens persoonlijk komen voorstellen.

In afwachting van uw antwoord, dank ik u bij voorbaat.

Hopend op een spoedig bericht, dank ik u bij voorbaat.

Ik hoop dat ik een spoedig bericht van u ontvang, dank bij voorbaat.

Hopend op een positief antwoord, dank ik u bij voorbaat.

Mijn eigen motivatiebrief

Naam *Datum*

Adres

Telefoon

Naam werkgever

Naam bedrijf

Adres bedrijf

Vacature _____

Geachte meneer / mevrouw

Inleiding

Midden

Slot

Met vriendelijke groet

Naam

Bijlage: cv

Meer info



OCMW Kortrijk

Budastraat 27
8500 Kortrijk
Belgium

+32 (0)56 24 41 27
angelique.declercq@werkpunt.be
www.ocmwkortrijk.be



Mentor vzw

Wandelweg 11a
8500 Kortrijk
Belgium

+32 (0)56 26 44 34
info@mentorvzw.be
www.mentorvzw.be



Medway Council

99 – 101 High Street
Chatham
Kent, ME4 4DL
United Kingdom

+44 (0)1634 33 66 82
employemedway@medway.gov.uk
www.medway.gov.uk



Community Connections

Electra House
32 Southtown Road
Great Yarmouth
NR32 ODU
United Kingdom

+44 (0)1493 65 63 72
trish.aydin@communityconnections.org.uk
www.communityconnections.org.uk



Maison de l'Initiative

20 Place François Mitterrand
59760 Grande Synthe
France

+33 (0)328 24 99 00
a.dart@ville-grande-synthe.fr
www.maison-initiative.asso.fr

