

NOTRE CATALOGUE

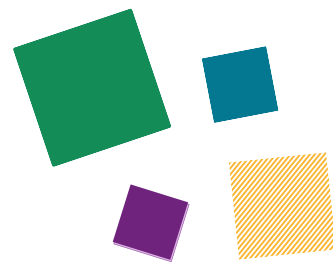
Pour les jeunes



« Comment aider
mon ado à s'orienter ? »
Un atelier des
Cités des Métiers
de Wallonie



Sommaire

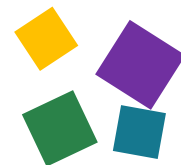


1	ENTRETIEN CONSEIL INDIVIDUEL EN ORIENTATION
2	CONSEIL INDIVIDUEL EN FORMATION-ÉTUDES
3	DÉCOUVRIR LES ÉTAPES DE L'ORIENTATION
4	"QUESTIONS" D'ORIENTATION
5	TEST D'ORIENTATION EN LIGNE : LE VRAI DU FAUX
6	MIEUX SE CONNAÎTRE POUR CHOISIR SES ÉTUDES
7	PREMIÈRE RÉFLEXION SUR LE PROJET PROFESSIONNEL
8	MVAE ATELIER 1 : MIEUX SE CONNAÎTRE POUR OUVRIR LES POSSIBLES MVAE
9	ATELIER 2 : MES CRITÈRES DE CHOIX, MES SECTEURS ET LES MÉTIERS MVAE
10	ATELIER 3 : PRENDRE CONTACT AVEC LE MONDE DE L'ENTREPRISE
11	ORIENT' ACTIONS
12	MON MÉTIER DEMAIN
13	JOB EXPEDITIONS
14	COMMENT AIDER MON ADO À S'ORIENTER
15	MITI, LA PLATEFORME DE CONSEIL EN LIGNE
16	TROUVER UN STAGE OU UN JOB D'ETUDIANT



Entretien conseil individuel en Orientation

Type d'activité	Entretien individuel (en présentiel ou à distance)
Public concerné	Tout public
Objectifs	Clarifier ou confirmer le projet socioprofessionnel
Lieu - Durée	En Cité / Carrefour des Métiers ou En ligne - Durée : 1 heure - 1 à 4 entretiens d'environ une heure trente
Description	Entretien individuel - écoute et analyse du besoin en orientation Nous vous aidons à élaborer votre projet en tenant compte de vos centres d'intérêt, de vos compétences, de vos motivations et de leurs adéquations avec le métier que vous pensez exercer. Nous mettons à votre disposition des informations relatives aux métiers.
Modalités d'inscription	En libre accès ou sur rdv
Toutes nos activités sont gratuites !	
Prérequis	Comprendre et parler le français
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail. Consultez www.cdmliege.be



Conseil individuel en formation - études

Type d'activité	ENTRETIEN INDIVIDUEL (EN PRÉSENTIEL OU À DISTANCE)
Public concerné	Tout public
Lieu - Durée	En Cité / Carrefour des Métiers ou En ligne - Durée : 1 heure
Objectifs	Dégager des pistes pour trouver les études ou la/les formation(s) ou les plus appropriées au projet
Description	Entretien individuel. Ecoute et analyse du besoin et recherche de la/des formation(s) ou des études les plus appropriées au regard du projet et de la situation personnelle. Nous vous guidons pour identifier toutes les possibilités de formations qui vous conviennent et les démarches pour y accéder.
Modalités d'inscription	En libre accès ou sur rdv
Prérequis	Aucun
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail. Consultez www.cdmliege.be



Découvrir les étapes de l'orientation

Type d'activité	ACTIVITÉ COLLECTIVE
Public concerné	Tout public
Objectifs	Être aidé pour démarrer une démarche de réflexion sur son orientation professionnelle. Je veux m'orienter/me réorienter: quelles sont les étapes, les thématiques à explorer pour démarrer ma démarche.
Lieu - Durée	En ligne - Durée : 2 heures
Description	Réflexion sur le choix d'un ou plusieurs métier(s) en lien avec les motivations, les compétences nécessaires, la réalité du marché de l'emploi et les moyens utilisables pour concrétiser un projet professionnel. Présentation des éléments du projet professionnel : bilan, compétences, marché de l'emploi. Un entretien individuel de debriefing est prévu dans la semaine qui suit le module.
Modalités d'inscription	Contactez-nous par email cefo.huy@forem.be ou téléphone 085/27.41.31 Un conseiller vous guide vers l'activité qui vous convient !
Prérequis	Posséder un ordinateur/tablette et une connexion internet. Avoir accès à un matériel informatique et être capable de l'utiliser. Avoir une adresse e-mail. Comprendre, parler et lire le français. Etre prêt à s'impliquer dans un travail de réflexion.
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec le Carrefour de HUY par email cefo.huy@forem.be ou téléphone 085/27.41.31 Consultez www.cdmliege.be



"Questions" d'Orientation

Type d'activité	ACTIVITÉ COLLECTIVE
Public concerné	Toute personne étant au DEBUT de sa réflexion en vue d'une démarche d'orientation professionnelle
Objectifs	Entamer une réflexion sur le choix d'un ou plusieurs métier(s) en lien avec vos motivations, les compétences nécessaires, la réalité du marché de l'emploi et les moyens utilisables pour concrétiser votre projet professionnel
Lieu - Durée	Au Carrefour des Métiers de Huy - Durée : 3 heures
Description	Présentation de concepts, tels que : motivation, transfert de compétences, polyvalence, marché du travail Réflexion sur la manière de choisir un métier en tenant compte des désirs, des compétences et de la réalité du marché de l'emploi Panel de questions utiles à la réflexion et à la mise en œuvre du projet : - Comment évaluer ma motivation ? - Comment structurer ma réflexion ? - Comment puis-je utiliser mes compétences ? - Comment dresser mon portrait ?
Modalités d'inscription	Contactez-nous par email cefo.huy@forem.be ou téléphone 085/27.41.31 Un conseiller vous guide vers l'activité qui vous convient ! Toutes nos activités sont gratuites !
Prérequis	Contactez-nous par email cefo.huy@forem.be ou téléphone 085/27.41.31 Un conseiller vous guide vers l'activité qui vous convient !
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec le Carrefour de HUY par e-mail cefo.huy@forem.be ou téléphone 085/27.41.31 Consultez www.cdmliege.be



TESTS D'ORIENTATION EN LIGNE : LE VRAI DU FAUX

Type d'activité	Atelier collectif
Public concerné	Jeunes entre 16 et 25 ans, envisageant de se (ré)orienter vers les études supérieures
Objectifs	L'objectif de cette activité est d'amener les participants à découvrir des tests et outils d'orientation en ligne (test de personnalité, d'intérêts, de valeurs) en prenant conscience des avantages, mais aussi des limites de ceux-ci. Des pistes pour exploiter ces résultats et les mettre en lien avec son projet d'études supérieures sont proposées.
Lieu - Durée	Au sein de la Cité des Métiers de Liège ou au Carrefour Métiers d'Arlon. D'autres lieux pourraient être proposés à l'avenir - Durée : 2h30
Description	Cet atelier est composé d'activités individuelles et collectives. Après une présentation des caractéristiques des tests et outils en ligne, un questionnaire de personnalité est proposé. Les résultats sont ensuite exploités de différentes manières pour prendre conscience des limites et avantages de tels outils, mais aussi pour nourrir sa réflexion sur son projet d'études supérieures. D'autres outils en ligne sont présentés aux participants. Enfin, un plan d'actions est proposé pour poursuivre leur réflexion de (ré)orientation.
Modalités d'inscription	Inscrivez-vous en ligne : https://www.poleliiegelux.be/fr/atelier-testorientation
Toutes nos activités sont gratuites !	
Partenaires organisateurs	Le Pôle académique Liège-Luxembourg
Demande d'informations	Pour plus d'informations, prenez contact avec Aurélie HOGGE, conseillère en orientation au Pôle Académique Liège-Luxembourg : 04/366.41.62 - aurelie.hogge@polell.be (du lundi au mercredi).



MIEUX SE CONNAÎTRE POUR CHOISIR SES ÉTUDES

Type d'activité	Atelier collectif
Public concerné	Jeunes entre 16 et 25 ans, envisageant de se (ré)orienter vers les études supérieures
Objectifs	L'objectif de cette activité est d'amener les participants, au travers de différentes activités individuelles et collectives, à prendre conscience de l'importance de la connaissance de soi dans le processus d'orientation. Et de manière plus globale, les participants peuvent se rendre compte que ce processus prend du temps.
Lieu - Durée	Au sein de la Cité des Métiers de Liège ou au Carrefour Métiers d'Arlon. D'autres lieux pourraient être proposés à l'avenir - Durée : 2h30
Description	Cet atelier est composé d'activités individuelles et collectives. Avec différents outils et supports, les participants sont amenés à réfléchir sur leurs fonctionnements, leurs traits de personnalité, leurs valeurs... tout en faisant du lien avec des projets d'études ou professionnels. Enfin, un plan d'actions est proposé aux participants pour qu'ils puissent poursuivre au mieux leur réflexion de (ré)orientation.
Modalités d'inscription	Inscrivez-vous en ligne : https://www.poleliiegelux.be/index.php/fr/atelier-mieuxseconnaître-liege
Toutes nos activités sont gratuites !	
Partenaires organisateurs	Le Pôle académique Liège-Luxembourg
Demande d'informations	Pour plus d'informations, prenez contact avec Aurélie HOGGE, conseillère en orientation au Pôle Académique Liège-Luxembourg : 04/366.41.62 - aurelie.hogge@polell.be (du lundi au mercredi).



“Première réflexion sur le projet professionnel”

Type d'activité	ACTIVITÉ COLLECTIVE
Public concerné	Toute personne se trouvant dans une démarche d'orientation : demandeur d'emploi, étudiant, travailleur, ...
Objectifs	Initier une réflexion sur l'orientation en identifiant mes motivations, mes savoirs-faire, mes savoirs-être et mes savoirs.
Lieu - Durée	En Cité / Carrefour des Métiers - Durée : 3h (un entretien individuel peut suivre en fonction des besoins de la personne).
Description	Travail en sous-groupe pour susciter la réflexion dans les échanges pour identifier son profil professionnel, découvrir les domaines d'activité et les métiers liés à ce profil, apprendre à rechercher l'information concernant les domaines et les métiers, savoir s'informer sur les offres de formation.
Modalités d'inscription	Contactez-nous par email ou téléphone ou via www.cdmliege.be/contact Un conseiller vous guide vers l'activité qui vous convient !
Toutes nos activités sont gratuites !	
Prérequis	Bon niveau de lecture du français
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail. Consultez www.cdmliege.be



« Les Métiers vont à l'école » :

Mieux se connaître pour ouvrir les possibles ! (Atelier 1)

Type d'activité	ACTIVITÉ COLLECTIVE
Public concerné	Elèves de 4ème, 5ème, 6ème et 7ème années (section générale, technique ou professionnelle). Maximum 20- 25 élèves.
Objectifs	Prendre conscience que la connaissance de soi est une des pièces du puzzle de l'orientation. Réfléchir sur qui on est et faire le lien avec les caractéristiques des métiers, des secteurs d'activité existants.
Lieu - Durée	En classe ou en Cité/Carrefour des Métiers Durée : 1h40 (2 x 50 min)
Description	Atelier en sous-groupes : • Quizz individuel sur les traits de personnalité, les savoir-faire, les motivations • Les pistes de métiers selon les profils • Découverte et appropriation d'outils pour se renseigner sur les métiers en autonomie • Informations sur les métiers en pénurie
Modalités d'inscription	Inscription d'un groupe classe via le professeur ou le CPMS. Prenez contact avec la CDM de votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par email ou téléphone - www.cdmliege.be/contact Un conseiller vous guide vers l'activité qui vous convient !
Prérequis	Aucun prérequis n'est nécessaire. Un accompagnement en amont et en aval par l'établissement scolaire est conseillé.
Liens et documents utiles	Témoignage d'élèves sur notre chaîne Youtube « Cité des Métiers de Liège 2022 » https://www.youtube.com/watch?v=f3vYi5dgrtM
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail. Consultez www.cdmliege.be



« Les Métiers vont à l'école »

Mes critères de choix, mes secteurs et les métiers possibles !
(Atelier 2)

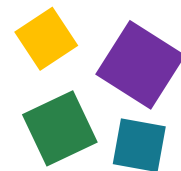
Type d'activité	Activité collective
Public concerné	Elèves de 5ème, 6ème et 7ème années des sections générales, techniques et professionnelles (Maximum 20-25 élèves)
Objectifs	Prendre conscience de ses critères de choix au travers des caractéristiques idéales de son futur métier Ouvrir les possibilités de métiers et secteurs d'activité Confirmer son choix d'études supérieures ou de métier en utilisant des ressources documentaires pertinentes
Lieu - Durée	En classe ou en Cité/Carrefour des Métiers Durée : 1h40 (2 x 50 min)
Description	Atelier en sous-groupes : • « Choix de métiers » au départ d'exercices sur les critères de choix et les secteurs d'activité • Réflexion sur les parcours d'études et de formation en lien avec des métiers • Recherches complémentaires individualisées sur les métiers et les études/formations • Premier éclairage sur les motivations intrinsèques et extrinsèques et les différentes attitudes face aux choix
Modalités d'inscription	Inscription d'un groupe classe via le professeur ou le CPMS Prenez contact avec la CDM de votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par email ou téléphone www.cdmliege.be/contact
Toutes nos activités sont gratuites !	
Prérequis	Aucun prérequis. Cet atelier peut être animé indépendamment de l'atelier 1 « Ouvrir les possibles ».
Liens et documents utiles	Témoignages d'élèves sur notre chaîne Youtube « Cité des Métiers de Liège 2022 » https://www.youtube.com/watch?v=f3vYi5dgrtM
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail Consultez www.cdmliege.be



« Les Métiers vont à l'école »

Prendre contact avec le monde de l'entreprise ! (Atelier 3)

Type d'activité	Atelier collective
Public concerné	Elèves de 5ème, 6èmes et 7èmes années des sections générales, techniques et professionnelles (Maximum 20- 25 élèves)
Objectifs	Découvrir les secteurs d'activité et perspectives d'emploi de son (futur) métier
Lieu - Durée	En classe ou en Cité/Carrefour des Métiers Durée : 1h40 (2 x 50 min)
Description	Atelier en sous-groupes : • Les structures d'entreprises • Rencontrer un professionnel pour découvrir son métier : qui contacter et comment ? • Travail sur les outils de prise de contact
Modalités d'inscription	Inscription d'un groupe classe via le professeur ou le CPMS Prenez contact avec la CDM de votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par email ou téléphone www.cdmliege.be/contact
Prérequis	Aucun prérequis. Cet atelier peut être animé indépendamment des ateliers 1 et 2 « Les métiers vont à l'école »
Liens et documents utiles	Témoignages d'élèves sur notre chaîne Youtube « Cité des Métiers de Liège 2022 » https://www.youtube.com/watch?v=f3vYi5dqrtM
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail. Consultez www.cdmliege.be



ORIENT' ACTIONS

Type d'activité	Activité collective
Public concerné	Elèves du secondaire en fin de tronc commun, inscrits dans un établissement
Objectifs	L'activité Orient'Actions permet aux élèves du secondaire, en fin de tronc commun, d'appréhender concrètement le monde du travail et la diversité de ses métiers par le biais d'une visite d'entreprise adaptée au public. L'accompagnement des jeunes, en amont et en aval, par des professionnels de l'orientation, apporte une plus-value à cette expérience, afin de contribuer à leur orientation scolaire et professionnelle.
Lieu - Durée	Activité en 4 temps sur l'année scolaire
Description	L'activité Orient'Actions permet aux élèves du secondaire, en fin de tronc commun, d'appréhender concrètement le monde du travail et la diversité de ses métiers par le biais d'une visite d'entreprise adaptée au public. L'accompagnement des jeunes, en amont et en aval, par des professionnels de l'orientation, apporte une plus-value à cette expérience, afin de contribuer à leur orientation scolaire et professionnelle.
Modalités d'inscription	Une campagne de communication et d'inscription est mise en place avec les écoles du bassin liégeois. Inscription d'un groupe classe via le professeur ou le CPMS
Partenaires organisateurs	La Chambre Enseignement de l'IBEFÉ de Liège, la Cité des Métiers (CDM) de Liège, les CPMS du Bassin de Liège et leurs partenaires.
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec la Cité des Métiers de Liège par email info@cdmliege.be ou téléphone 04 / 230 00 02 Consultez www.cdmliege.be



MON METIER DEMAIN

Type d'activité	Événement annuel - inscription individuelle ou via l'école
Public concerné	Elèves de 5ème année du secondaire
Objectifs	Rencontrer des professionnels - Visiter une entreprise : Cet événement permet à 700 élèves de 5ème secondaire des établissements des Provinces de Liège et de Luxembourg de découvrir, concrètement, un large éventail de métiers pour les aider à construire leur projet d'études supérieures.
Lieu - Durée	Liège et ses alentours - 1 journée divisée en 2 parties distinctes
Description	La journée se compose de deux parties. MATIN : Après une séance plénière, des rencontres entre élèves et plus de 70 professionnels sont organisées en « speed meeting », au travers de tables rondes représentant 12 domaines d'activités. APRES-MIDI (facultatif) : Visite d'une entreprise / d'une organisation / d'une structure publique.
Modalités d'inscription	Via le formulaire en ligne, vous pouvez vous inscrire individuellement ou, en tant qu'enseignant/encadrant, inscrire une classe : https://poleliiegelux.be/fr/sinscrire-a-mon-metier-demain Toutes nos activités sont gratuites !
Partenaires organisateurs	Le Pôle Académique Liège-Luxembourg
Demande d'informations	Pour plus d'informations, vous pouvez prendre contact par mail avec le Pôle Académique Liège-Luxembourg : monmetierdemain@polell.be



JOB EXPEDITIONS

Type d'activité	Activité collective - Visite d'entreprise
Public concerné	Selon les projets : • Les élèves de 4ème, 5ème, 6ème et 7ème années de l'enseignement secondaire (toutes filières confondues) et leurs enseignants • Les étudiants de l'enseignement supérieur • Les chercheurs d'emploi (candidats pour des formations)
Objectifs	• Mieux connaître le fonctionnement global d'une entreprise; • Améliorer la connaissance concrète des métiers et leur diversité; • Découvrir des produits et des technologies; • Découvrir les compétences qui sont recherchées par les entreprises pour s'intéresser aux filières d'enseignement et de formation qui mènent à ces métiers; • Développer un sentiment de fierté à l'égard des entreprises locales et leurs innovations.
Lieu - Durée	2h30
Description	VISITE D'UNE ENTREPRISE par une classe / un groupe accompagné. Ces visites sont préparées et adaptées aux visiteurs, avec l'aide de l'entreprise qui s'investit dans l'organisation et qui sollicite les témoignages de ses collaborateurs sur leur poste de travail.
Modalités d'inscription	www.cdmliege.be - Inscription d'un groupe classe via le professeur ou le CPMS Toutes nos activités sont gratuites !
Partenaires organisateurs	Les entreprises
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec la Cité des Métiers de Liège par email info@cdmliege.be ou téléphone 04 / 230 00 02 Consultez www.cdmliege.be



Comment aider mon ado à s'orienter ?

Type d'activité	ACTIVITÉ COLLECTIVE
Public concerné	Parents
Objectifs	Outiller les parents dans leur rôle d'appui à l'orientation de leurs adolescents.
Lieu - Durée	En ligne (Webinaire) - Durée : 1h30
Description	Introduction interactive sur l'orientation du 21^è siècle Présentation des influences dans le choix d'orientation Exercices sur les comportements décisionnels Echanges entre les participants Carnet d'exercices pour poursuivre la réflexion avec liens utiles Présentation de l'offre de service complémentaire
Modalités d'inscription	Contactez-nous par email ou téléphone - www.cdmliege.be/contact Un conseiller vous guide vers l'activité qui vous convient !
Prérequis	Aucun
Partenaires organisateurs	Les Cités des Métiers de Wallonie
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail. Consultez www.cdmliege.be

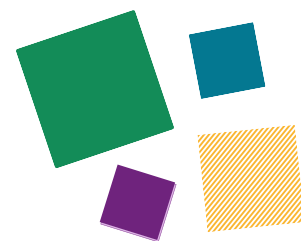


Miti, la plateforme de conseil en ligne

Type d'activité	ENTRETIEN INDIVIDUEL, EN LIGNE PAR TCHAT
Public concerné	Toute personne en recherche d'information en orientation, études, formation ou création d'activité.
Objectifs	Obtenir rapidement une première information sur son orientation, ses études ou sa formation et la création d'une activité.
Lieu - Durée	En ligne - Durée : Echange de 20 minutes par tchat via la plateforme MITI
Description	Un entretien dure 20 minutes en moyenne. Néanmoins, il durera autant de temps que nécessaire suivant la demande. Si la demande nécessite un approfondissement ou un entretien plus long, le ou la conseiller.ère proposera un rendez-vous.
Modalités d'inscription	Accès libre - Se rendre sur la Plateforme MITI du lundi au vendredi de 9h à 12h. Un.e agent.e d'accueil vous met en contact avec un.e conseiller.ère . Toutes nos activités sont gratuites ! Permanence spéciale "enseignement" le premier mercredi du mois après-midi.
Prérequis	Savoir lire et écrire Avoir une maîtrise de base de l'outil informatique
Partenaires organisateurs	Les Cités des Métiers de Wallonie et leurs centres associés en Wallonie et à Bruxelles.
Liens et documents utiles	Miti, la plateforme de conseil en ligne www.miti.be
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec nous dans votre région (Liège, Huy, Verviers, Arlon) par téléphone ou par mail. Consultez www.cdmliege.be

Atelier « Trouver un Stage ou un Job d'étudiant »

Type d'activité	COLLECTIVE
Public concerné	Etudiants de l'enseignement supérieur.
Objectifs	Savoir comment rechercher efficacement un stage / un job d'étudiants. Prendre conscience de cette expérience professionnelle pour la valoriser.
Lieu - Durée	Cité des Métiers de Liège – 2h30 (13H30-16h00).
Description	En se basant sur les étapes importantes d'une Recherche d'emploi efficace, en alternant théorie et pratique (activités individuelles ou en groupes), les participants apprennent les bonnes pratiques liées à ces étapes.
Modalités d'inscription	Sur inscription individuelle. Contactez-nous par email info.liege@cdmetiers.be ou par téléphone 04 230 00 02.
Toutes nos activités sont gratuites !	
Prérequis	Connaissance du français. Pas de prérequis.
Partenaires organisateurs	Collaboration entre le Service clientèle du Forem de Liège et les conseillers de La Cité des Métiers de Liège.
Demande d'informations	Pour plus d'information, prenez contact avec la Cité des Métiers de Liège soit par email info.liege@cdmetiers.be ou par téléphone au 04 230 00 02. Consultez cdmliege.be



PLUS D'INFORMATIONS ?

Contactez-nous !

LIÈGE

SQUARE DES CONDUITES
D'EAU 9 4020 LIÈGE

04/230.00.02

INFO@CDMLIEGE.BE

ARLON

RUE DE DIEKIRCH, 38
6700 ARLON

063/24.41.04

CEFO.ARLON@FOREM.BE

HUY

RUE SAINT-SÉVERIN, 5A
4500 HUY

085/32.83.01

CEFO.HUY@FOREM.BE

VERVIERS

RUE DE CORONMEUSE, 46
4800 VERVIERS

087/32.65.10

CEFO.VERVIERS@FOREM.BE