

# Une bonne porte d'entrée au marché du travail



**Julie Granger**

*Conseillère en emploi*

On parle souvent des stages comme étant une bonne façon d'intégrer le marché du travail, mais on oublie souvent de mentionner que faire du bénévolat peut être tout autant bénéfique!

## Les stages

Ils permettent de faciliter la transition entre les bancs d'école et l'arrivée parfois brutale sur le marché du travail. Obligatoires ou facultatifs dépendamment du programme d'études, ils peuvent être rémunérés ou non. Les stagiaires acquièrent de l'expérience dans un vrai milieu de travail en appliquant à la réalité les connaissances techniques apprises au cours de leurs études.

## Le bénévolat

C'est une autre option qui se présente à vous et, croyez-moi, ce n'est pas qu'une affaire de retraités! Il offre l'occasion de vivre des expériences variées et enrichissantes pour les gens de tous âges. En quoi cela consiste? Le bénévole fournit gratuitement une prestation de travail mais il peut choisir la durée de son implication. Par exemple, un étudiant en traduction pourrait offrir ses services de traducteur gratuitement à des organismes communautaires. Quels sont les avantages vous me direz? En fait, tout comme pour le stage, ils sont nombreux.

## Les avantages

Ces deux alternatives ont en commun de vous fournir une expérience à inscrire dans votre curriculum vitae, de vous sortir de votre isolement et d'élargir votre réseau de contact. Elles constituent également pour les personnes immigrantes la possibilité d'obtenir de l'expérience et des références québécoises, et ainsi augmenter vos chances de décrocher un emploi.

## Et quoi encore?

Les stages et le bénévolat vous permettent de progresser tant sur le plan professionnel que sur le plan personnel. En effet, en plus de mettre la théorie en pratique, vous vous familiarisez avec les codes des relations humaines dans un contexte de travail et développez vos compétences interpersonnelles. Vous en apprendrez sur vous-même et sur la réalité du marché du travail, ce qui vous aidera à cibler les types de milieux de travail qui vous conviennent le mieux. Avec de la chance, des efforts et du talent, votre expérience se soldera peut-être même par une embauche... Bref, en plus de faire quelque chose de gratifiant et d'enrichissant, vous investirez dans votre carrière!

Comme vous le voyez, ces deux occupations peuvent vous procurer de nombreux avantages, à condition de choisir un milieu et des tâches qui sauront répondre à vos objectifs. Et qui dit bénévolat ne dit pas nécessairement 40 heures par semaine. C'est à vous de déterminer l'ampleur de votre implication!

# SALON EMPLOI 2005

CDN/NDG • OUEST-DE-L'ÎLE • SAINT-LAURENT

**30 SEPTEMBRE ET 1<sup>ER</sup> OCTOBRE**

**Aréna Raymond-Bourque, 2345 boul. Thimens**

[www.salonemploi2005.qc.ca](http://www.salonemploi2005.qc.ca)



**Carrefour  
jeunesse  
emploi**

SAINT-LAURENT

La mission du Carrefour jeunesse emploi Saint-Laurent est de favoriser l'intégration en emploi des jeunes adultes âgés de 16 à 35 ans résidant à Saint-Laurent. Vous pouvez nous joindre au: **(514) 855-1616** ou au [www.cjestlaurent.org](http://www.cjestlaurent.org).

Tous droits réservés. Cet article ne peut être reproduit en tout ou en partie, sans l'autorisation du Carrefour jeunesse emploi Saint-Laurent.