

### Le programme en un coup d'œil...

#### CIEP- MOC

- 08/11: Coordination locale Moc Dinant. Analyse des résultats des élections communales (Mutualité Chrétienne de Dinant à 19h00).
- 13/11: Plan HP Yvoir. Sensibilisation des résidents aux différents aspects de l'aménagement du Territoire (Domaine de la Gayole, 13h00)
- 14/11: Collectif mobilité Basse-Sambre 16h30 (local de la mutualité libérale à Auvélais) .
- 15/11 Coordination locale Moc Ciney. Analyse de la politique locale. ( Notre Maison-Ciney à 16h00).
- 15/11 Coordination locale Moc Couvin - Analyse des résultats des élections communales et réflexion autour de la consommation équitable locale (Mutualité Chrétienne de Couvin).
- 19/11 Groupe de travail thématique logement (28/11 à la Maison du Travail).
- 21/11 Commission enseignement Province de Namur (9h30-Maison du Travail).

#### CET

- 28/11 Formation en bureautique. Séance d'info et d'inscription (Maison du Travail à 10h00).

#### CSC NAMUR DINANT

- 14/11 Action symbolique contre l'austérité: « Nord-Sud solidaire ». (Hal de gare de Namur dès 6h45).

#### MUTUALITÉ CHRÉTIENNE

- 13/11 Conférence-Débat: « Demain tous centenaires » (Auditoire des Mutualités Chrétiennes dès 14h00 à Namur).
- 27/11 Conférence-Débat: « Les médicaments génériques: pourquoi les adopter? » (Auditoire des Mutualités Chrétiennes dès 19h30 à Namur).
- 26/11;3,10/12 Conférence atelier: « Prendre soin de son stress, prendre soin de soi » (Mutualité Chrétienne de Dinant de 19h à 21h).

#### EQUIPES POPULAIRES

- 23/11 Dans le cadre de la campagne: « **Ne tuez pas le cochon** »! Les équipes populaires organisent une distribution de tracts de sensibilisation sur les pièges du crédit facile ( de 14h à 16h aux alentours de la gare de Namur).

**Dans ce numéro :**

CIEP	<b>3</b>
CSC	<b>4</b>
Mutualité Chrétienne	<b>5</b>
Equipes Populaires	<b>6</b>

2013

Printemps



## FORMATION BUREAUTIQUE

### Vous êtes...

- Inscrit comme demandeur d'emploi
- En possession du Certificat d'Enseignement Secondaire Inférieur (CESI) ou inscrit comme demandeur d'emploi depuis 24 mois
- Intéressé par un emploi dans le domaine de la bureautique
- Motivé et disponible 5 jours/semaine

### Nous vous proposons...

- Une équipe de formateurs professionnels
- Un parc informatique actuel et performant
- Une pédagogie adaptée au rythme de chacun
- Un suivi individualisé et des possibilités de remédiation
- Un réseau d'entreprises prêtes à vous accueillir en stage

### Ne restez pas sur la touche



En collaboration avec le FOREM  
Avec le soutien du Service Public de Wallonie  
Membre de la plateforme namuroise EFT-OISP



### Une formation ?

Vous êtes intéressés par un emploi dans une fonction d'employé(e) de bureau ou d'agent d'accueil ?

Le Centre Européen du Travail asbl vous propose une formation orientée vers les métiers de la bureautique.



### Des compétences professionnelles

Chaque module est abordé suivant un angle professionnel et contribue à l'acquisition des compétences et des comportements indissociables du profil de tout travailleur du secteur tertiaire:

- Remise à niveau en français, techniques de secrétariat, techniques de dactylographie, techniques de communication, notions de comptabilité
- Formation approfondie aux produits Microsoft Office 2007 tels que Word, Excel, Powerpoint, Outlook et initiation au système de gestion de bases de données Access
- Exploitation des ressources et services de l'Internet
- Elaboration d'un réel projet professionnel
- Soutien à la concrétisation du projet professionnel (élaboration d'un CV, lettre de motivation, préparation à un entretien d'embauche, passerelles vers d'autres formations)
- Concrétisation des acquis par un stage en entreprise d'une durée d'1 mois

### En pratique

- Où ? Maison du Travail, Place l'Ilon, 17—5000 Namur
- Quand ? Du 23 janvier 2013 au 26 juin 2013 à raison de 5 jours/semaine.
- Comment ? Contrat FOREM et formation gratuite
- Information ? (081)830.519  
marie.hermans@lilon.be  
<http://www.lilon.be>

Séance d'information obligatoire  
Maison du Travail,  
Place l'Ilon, 17  
5000 NAMUR

28 novembre 2012  
à 10H - salle 9

VOUS NE DEVEZ PAS VOUS INSCRIRE  
POUR PARTICIPER À LA SÉANCE  
D'INFORMATION



Les **syndicalistes Grecs, Portugais et Espagnols** donnent rendez-vous le mercredi 14 novembre pour de nouvelles actions contre l'austérité !

La **C.E.S.** soutient l'initiative et appelle aussi à une journée d'action ; elle s'est déclarée « *fermement opposée aux mesures d'austérité qui font plonger l'Europe dans la stagnation économique, voire la récession, ainsi qu'au démantèlement continu du modèle social européen* » !



Cette journée prendra diverses formes : grèves, manifestations, rassemblements, etc...

A Namur, nous serons au rendez-vous !

Une action symbolique aura lieu de 6h45 à 8h dans le hall de la gare !

Animation prévue :

3 personnes habillées de noir représenteront les 3 pays (drapeaux dessinés sur les visages) les plus gravement atteints : la Grèce, le Portugal et l'Espagne. Elles seront placées sur un podium avec des boulets aux pieds, mains attachées, bouches bâillonnées...

Autour d'elles ; 3 autres personnes représentant le monde financier : patrons, FMI, banquiers, ...

Musique d'ambiance (funèbre) !

Une banderole : « *Europe austère = misère* » !

Un slogan : « **Nord-Sud : SOLIDAIRES !** » (avec les pays du sud de l'Europe, mais aussi entre Flandre et Wallonie – cfre. Ford à GenK et Duferco à La Louvière...)

Distribution de tracts par tous les autres participants habillés de vert avec un foulard noir autour du bras en signe de deuil.

Des **tracts** seront donc disponibles (je vous le communique dès que possible) pour ce jour-là à la gare mais aussi pour **diffusion dans les entreprises**.

**Soyons nombreux à montrer notre solidarité et à agir contre l'austérité! \***



### **Conférence-débat: « Demain, tous centenaires ! ».**

La population vieillit, mais de quelle manière exactement ? Peut-on dire qu'il fait bon vieillir alors que les images et les termes associés à la vieillesse sont souvent négatifs et stéréotypés et que tout est proposé pour effacer les signes du temps qui passe ? Vieillir, certes, mais vieillir bien ! Une conférence animée par Valentine Charlot, docteur en psychologie qui a soutenu une thèse de doctorat dans le domaine du vieillissement et de la mémoire. Elle possède de plus un certificat en gérontologie. Neuropsychologue, co-fondatrice et présidente de l'ASBL 'Le bien vieillir', elle y exerce également en tant que chercheuse, conférencière, animatrice, accompagnatrice et formatrice.

**Où :** à l'auditoire de la Mutualité chrétienne, rue des Tanneries 55 (niveau -1), 5000 Namur.

**Quand :** mardi 13 novembre à 14h00.

**Prix :** entrée gratuite.

**Renseignements et inscriptions :** 081/24.48.13. Secrétariat ouvert le lundi et vendredi de 9h00 à 12h00, le mardi, mercredi et jeudi de 9h00 à 12h00 et de 13h30 à 16h30.

### **Conférence-débat : « Les médicaments génériques : pourquoi les adopter ? ».**

Existe-t-il des médicaments génériques pour toutes les maladies ? Ont-ils prouvé leur efficacité dans tous les cas ? Sont-ils parfaitement équivalents aux produits d'origine ? Y a-t-il des limites à leur utilisation ? M. Peeters, directeur opérationnel des pharmacies Familia et le Dr Delépine, médecin-conseil, vous présenteront les médicaments génériques et répondront à vos questions lors d'une conférence-débat à Namur.

**Où :** Auditoire de la Mutualité chrétienne, Rue des Tanneries 55 à Namur. Parking accessible.

**Quand :** Mardi 27 novembre à 19h30

**Prix :** Gratuit

**Renseignements et inscriptions:** 081/244.874 (matin) ou e-mail : [namur@mc.be](mailto:namur@mc.be)

### **Conférences-ateliers : « Prendre soin de son stress, prendre soin de soi ».**

Un cycle de conférences-ateliers vous invite à faire le point sur votre stress, le prévenir, et prendre soin de vous.

Tout au long des 3 rencontres divers sujets seront abordés, tels que :

- Mon stress... je fais le point
- Le stress pourquoi ? comment ?
- Mes pensées m'ouvrent et me ferment des portes
- J'apprivoise mes émotions
- La pleine conscience

Les ateliers sont ouverts à tous, dès 18 ans, membres et non membres de la Mutualité chrétienne. La participation à l'ensemble des séances n'est pas obligatoire, mais le prix reste fixe pour l'ensemble du cycle.

**Où :** A la Mutualité chrétienne de Dinant, 16 avenue des combattants.

**Quand :** de 19h à 21h, les lundis 26 novembre, 3 et 10 décembre.

**Prix :** Membre MC : 30 EUR (Non membre : 50 EUR), Membre MC BIM ou OMNIO : 15 EUR. Ce prix comprend la participation aux 3 séances et un dossier d'accompagnement.

**Renseignements et inscriptions :** [www.mc.be](http://www.mc.be), [infor.sante.namur@mc.be](mailto:infor.sante.namur@mc.be) ou 081/244.951 (le matin).

**NE TUEZ PAS  
LE COCHON !**



**JOURNÉE SANS CRÉDIT  
DERNIER SAMEDI DE NOVEMBRE**

[www.journeesanscredit.org](http://www.journeesanscredit.org)



## **EPARGNEZ VOTRE COCHON**

Les crédits sont séduisants mais dangereux. Ne multipliez pas les cartes de crédit... ce sont les petites cartes qui font les grandes dettes ! Avant de conclure un crédit, établissez votre budget en notant toutes vos dépenses et gardez si possible une réserve (épargne) pour les imprévus.

Info : 081/73.40.86

[www.journeesanscredit.org](http://www.journeesanscredit.org)



Ed resp : M. Van Dieren, 48 rue de Gambioux 5002 Namur.  
Ne pas jeter sur la voie publique