

مهنتي
mehnati

DÉCROCHE CE





UN GUIDE UTILE POUR RÉUSSIR SES ENTRETIENS D'EMBAUCHE

Introduction

Soyons réalistes : chercher un travail au Liban, c'est un peu comme escalader une montagne en tongs. Pas top. C'est pour ça qu'on a créé ce guide, pour toi.

“Décroche ce job !” est un manuel pratique, sans blabla, pensé pour toutes les femmes qui cherchent un emploi ou veulent évoluer dans leur carrière.

On t'y donne les outils pour acquérir des compétences, connaître tes droits et avancer avec assurance sur le marché du travail, voire carrément le conquérir.

Tu y trouveras l'essentiel : comment rédiger un CV qui claque, gérer un entretien sans panique, te vendre comme une pro, et surtout, comment te protéger contre le harcèlement (tu mérites de bosser dans un environnement sain, toujours).

On y parle aussi lois, fiscalité, périodes d'essai, et comment reconnaître ses droits.

Ce guide a été conçu par Madanyat for Equality dans le cadre du projet “Mehnatî”, avec le soutien de l'Organisation Internationale de la Francophonie (OIF).

Il s'appuie sur le droit du travail libanais et une bonne dose de savoir-faire professionnel. Et même s'il est pensé pour les femmes de tous âges, franchement, il peut servir à n'importe qui en a marre d'être sous-payé et sous-estimé.





Partie 1 : Ton guide pour décrocher un emploi

- I. Rédiger ton CV 2
- II. Te vendre & construire un profil pro 5
- III. Réussir ton entretien d'embauche 7

Partie 2 : Connaître tes droits et responsabilités

- I. Droits fondamentaux des femmes 12
- II. Droits légaux et fiscaux des femmes au Liban 14
 - *Tes droits légaux de base* 14
 - *Tes droits fiscaux et financiers* 15
- III. La période d'essai 17
- IV. Harcèlement sexuel au travail 17

I. Rédiger ton CV

Allons droit au but

Un CV abréviation de Curriculum Vitae, latin pour “voici ma vie version papier”) est ta première poignée de main avec la personne qui pourrait t'embaucher. C'est le document qui dit : “Voilà qui je suis, ce que j'ai fait, et pourquoi je vau le détour.”

Pas besoin de te faire passer pour Wonder Woman. Ton CV doit juste être clair, honnête, soigné, et montrer que tu as quelque chose à apporter (même si, soyons honnêtes, cette table est bancale à cause de la situation du marché libanais).

Que doit contenir ton CV ?

1. Infos personnelles. Reste simple, mais claire

Nom complet

Numéro de téléphone

(active ton WhatsApp, c'est devenu la norme !)

Adresse email professionnelle

(S'il te plaît. Pas de cutegirl98@gmail.com. Tu postules à un job, pas à un rendez-vous Tinder.)

2. Objectif professionnel

Une seule phrase suffit. Pense-y comme ton discours d'ascenseur : tu as 10 secondes pour impressionner avant que les portes s'ouvrent. Sois concise, percutante et directe

Exemple :

“Je cherche un poste administratif dans le développement social pour mettre à profit mes compétences en organisation et avoir un impact concret.”

3. Formation. Fais simple

Nom du diplôme

Ville et année d'obtention

Des mentions honorifiques ? Une bourse ? Un semestre à l'étranger ?

Établissement

Vas-y, mentionne-les ! Pas besoin de jouer les modestes, juste reste classe.



4. *Expérience professionnelle*

Pour chaque poste que tu as occupé, indique :



Le nom de l'entreprise ou de l'organisation



Ton intitulé de poste



Les dates (Mois/Année - Mois/Année)



Tes principales tâches et réalisations
(Utilise des petits points en début
de ligne pour structurer tes infos
de manière claire et efficace.)



5. *Compétences*

Compétences techniques
(par ex. : gestion des réseaux
sociaux, Excel, Canva, etc.)

Comportementales et
savoir-être
(ou "soft skills")
(gestion du temps, organisa-
tion, communication, en gros,
les compétences du genre "je
sais parler à des humains sans
créer de drame")



6. *Formations et ateliers (si tu en as)*

Même si elles étaient courtes ou informelles, tout compte !

Exemples :

- ▶ Atelier sur les techniques de négociation
- ▶ Session de sensibilisation à la violence basée sur le genre

ASTUCES AVANT D'ENVOYER TON CV

- ✓ Si tu es jeune diplômée : limite-toi à une page
- ✓ Si tu as déjà un peu d'expérience : deux pages max.
- ✓ Commence par tes expériences les plus récentes
- ✓ Utilise une police claire comme Arial ou Calibri, taille 11 ou 12
- ✓ Relis-toi avec soin, et demande à une amie de t'aider à repérer les fautes
- ✓ Adapte ton CV à chaque offre : change ton objectif, mets en avant les compétences recherchées, et montre que tu as lu l'annonce

OUTIL BONUS

Tu veux un CV professionnel qui a l'air d'avoir été conçu par une graphiste ?

Rends-toi sur : www.canva.com/resumes

Ils proposent des modèles gratuits, faciles à modifier, en arabe et en anglais.

Une fois ton CV prêt, sauvegarde-le avec ton nom complet (ex. : Lina_Haddad_CV.pdf) avant de l'envoyer.

Ça fait tout de suite plus pro et plus organisé !



II. Te mettre en valeur & construire un profil professionnel *Ou comment devenir inoubliable (dans le bon sens du terme)*



Pourquoi c'est important de savoir se vendre

Soyons honnêtes : avoir des compétences, c'est bien...

Mais ça ne suffit pas. Il faut aussi que les gens sachent que tu les as.

C'est là qu'entre en jeu le self-marketing.

Imagine une campagne de pub... pour toi. (Sans les panneaux géants, sauf si tu veux.)

C'est quoi, un profil professionnel ?

C'est un peu ton best of carrière tout rassemblé au même endroit. Il peut inclure :



Ton CV



Une courte bio
(pas ta biographie complète, juste les faits marquants)



Des liens vers tes projets ou ton travail



Tes réseaux sociaux pro



Tes coordonnées
(email, numéro de téléphone)

Où te mettre en valeur ?



LinkedIn : La reine des plateformes pro.
Garde-le à jour



Groupes Facebook : Oui, ils existent toujours, et certains postent des offres d'emploi régulièrement



Instagram : Si tu fais un métier créatif (design, maquillage, cuisine, etc.), montre ton talent



Sites d'emploi : Comme Forasna, Daleel Madani, Bayt, Glassdoor, Jobs for Lebanon...



Que dire de toi ?

Tu es géniale, mais reste concise et percutante.

Ta bio devrait dire :



Qui
tu es



Ce que
tu sais
bien faire



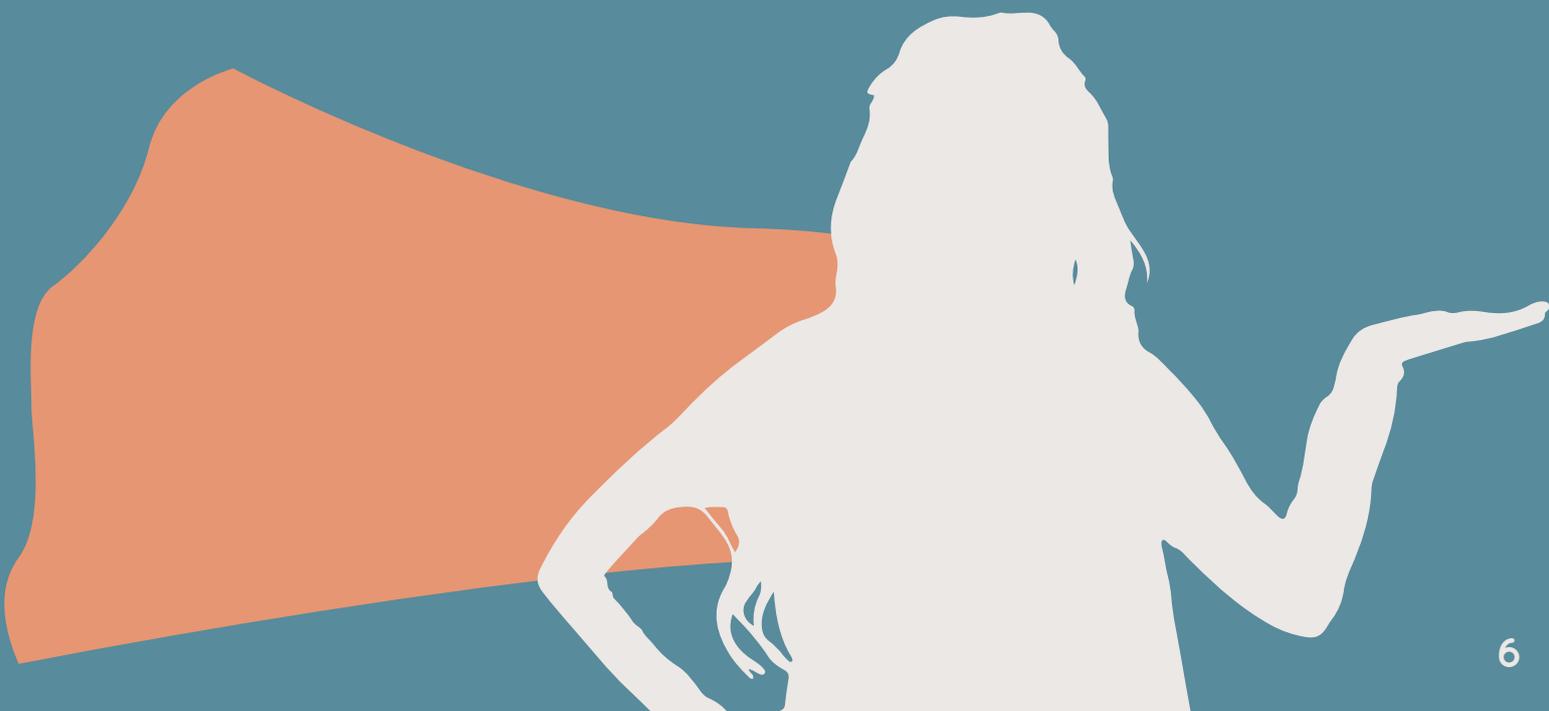
Quel type
de travail
tu recherches

Exemple : *“Diplômée d’un lycée technique, avec de solides compétences en administration et en informatique. Je suis organisée, fiable, et je cherche un poste d’assistante pour apprendre et évoluer sur le terrain.”*

LinkedIn comme une pro

Marre d’un LinkedIn qui dort ? Voici comment le réveiller pour de bon :

- ▶ Choisis une photo de profil claire (évite les photos de mariage, s’il te plaît)
- ▶ Rédige un titre accrocheur qui indique ce que tu fais ou veux faire
- ▶ Active la fonctionnalité “À l’écoute d’opportunités” pour que les recruteurs te repèrent
- ▶ Demande des recommandations à tes anciennes managers, collègues, ou même ce prof qui t’adorait



III. Réussir ton entretien d'embauche (Ou au moins éviter le blackout au milieu d'une phrase)

C'est quoi exactement, un entretien ?

Un entretien, ce n'est pas un procès ! C'est un tête-à-tête professionnel, une sorte de "date" où chacun évalue si ça peut coller :



Tu parles de qui tu es et de ce que tu sais faire (sans en faire des tonnes)

Tes futurs employeurs vérifient si tu peux faire le job sans tout faire exploser

Et toi, tu décides si ce sont des gens avec qui tu veux vraiment bosser (oui, tu as le droit de refuser l'offre)

Mais au fond... que cherchent les employeurs ?

Bonne nouvelle : ils ne sont pas à la recherche de super-héroïnes. Ils veulent quelqu'un qui soit :



Prête à apprendre (oui, les tutos YouTube comptent)

Connaissant ses forces et faiblesses

Agréable à côtoyer (= ne râle pas H24)

Fiable (arrive avant que la machine à café chauffe)

Investie (l'effort > la perfection)

Questions classiques et comment y répondre

RESTE SIMPLE

"Parlez-moi de vous !"

"Je suis Rima, j'ai étudié la comptabilité et j'adore organiser des choses, que ce soit des tableaux Excel ou des anniversaires surprises."

CHOISIS UNE QUALITÉ FORTE ET RELIE-LA AU POSTE

"Pourquoi devrions-nous vous embaucher ?"

"Je suis très attentive aux détails, ce qui me permet de tout garder sous contrôle et de repérer les erreurs avant qu'elles ne deviennent des problèmes."

LA MÉTHODE STAR (L'ARME SECRÈTE)

Cet acronyme magique t'aide à raconter tes expériences comme une pro (en entretien, sur ton CV, ou dans une candidature).



Situation – Que se passait-il ?

Tâche – Que devais-tu faire ?

Action – Qu'as-tu fait ?

Resultat – Qu'est-ce que ça a donné ?



Exemple:

“On était en retard sur un projet (S), et j'ai dû réorganiser le planning (T). J'ai créé un nouveau calendrier et redistribué les tâches (A). On a terminé deux jours en avance (R).”

Bam ! Tu gères. Et ta réponse est claire.

Faire bonne impression (sans te transformer en quelqu'un d'autre).

À FAIRE

- ▶ Souris naturellement (pas besoin d'en faire trop)
- ▶ Regarde ton interlocuteur dans les yeux (sans fixer comme un robot)
- ▶ Tiens-toi droite, respire
- ▶ Écoute activement
- ▶ Reste calme, c'est une discussion, pas un examen

À ÉVITER

- ▶ Vérifier ton téléphone
- ▶ Fixer le sol ou le plafond
- ▶ T'agiter dans tous les sens
- ▶ Couper la parole
- ▶ Paniquer s'il y a un silence (c'est normal !)

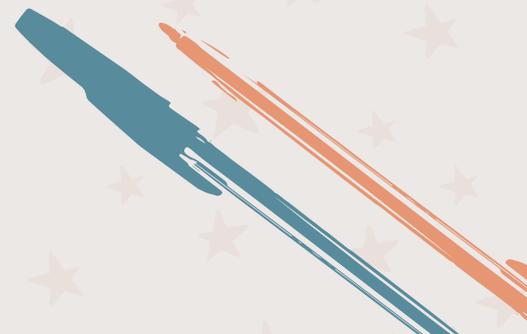
Avant l'entretien

a) Respire. Tu as ta place ici.

b) Entraîne-toi à voix haute (devant ton miroir, ou ton chat, on ne juge pas)

c) Prépare ton sac la veille :

- ▶ CV imprimé
- ▶ Stylo + carnet
- ▶ Carte de visite (si tu en as)
- ▶ Petite bouteille d'eau (hydratation = confiance)



Quoi porter ?

Quelques règles simples :



- ▶ Propre
- ▶ Confortable
- ▶ Pas trop serré ni tape-à-l'œil
- ▶ Des chaussures dans lesquelles tu peux marcher
- ▶ Cheveux propres et coiffés (pas besoin d'un brushing, mais évite le look "je sors du lit")

Pour les entretiens en ligne

- ▶ Teste ta caméra et ton micro avant le jour de la réunion
- ▶ Trouve un coin calme avec un fond neutre
- ▶ Coupe les notifications (ta maman peut attendre)

Des questions intelligentes à poser

"Quelles seront mes principales tâches durant le premier mois ?"

"Proposez-vous un accompagnement ou une formation aux nouvelles recrues ?"

"Qu'aimez-vous le plus dans votre travail ici ?"

Par contre, évite de demander le salaire tout de suite ou de poser des questions dont la réponse est déjà sur leur site. Fais preuve d'intérêt, pas de désinvolture.

Envoie un petit message de remerciement

"Merci encore pour votre temps aujourd'hui. J'ai apprécié découvrir davantage le poste et votre équipe. Hâte de connaître la suite !"

Pas de réponse au bout d'une semaine ? Relance gentiment

"Bonjour [Prénom], je me permets de faire un petit suivi concernant notre entretien pour le poste de [Intitulé] le [Date]. Je reste très intéressée par l'opportunité. Merci encore !"

*Et s'ils ne répondent jamais ?
Ce n'est pas la fin.
Tu gagnes quand même : tu as pris de l'assurance, affiné ton discours, et tu t'es rapprochée du vrai job fait pour toi.*

MAINTENANT QUE TU AS DÉCROCHÉ LE JOB, AUTANT S'ASSURER QUE TES DROITS SOIENT RESPECTÉS

Félicitations !

Tu fais officiellement partie de la population active.

Mais voilà la partie que personne ne t'explique : connaître tes droits est aussi important que d'obtenir le poste.

Parce que même si la plupart des employeurs ont de bonnes intentions, la réalité du monde du travail au Liban peut être compliquée.

Alors, on reprend les bases

I. Droits fondamentaux des femmes

1. Le droit à un salaire égal

Tu as légalement droit au même salaire que ton collègue masculin si vous faites le même boulot.

Ce n'est pas un souhait, c'est un droit garanti par la Convention Internationale du Travail n°100, signée par le Liban.

Donc si ton salaire est plus bas juste parce que tu es une femme ?
C'est illégal. Point final.

2. Le droit à un environnement de travail sûr

Le travail ne devrait jamais ressembler à un champ de bataille.

Tu as droit à un lieu de travail sans :

Menaces
physiques

Harcèlement
sexuel

Insultes ou
propos
humiliants

Contrôle
émotionnel

Ton employeur a la responsabilité légale de garantir un espace où ta dignité est respectée, ton corps protégé et ta santé mentale préservée.

3. Le droit à la formation et à l'évolution

Tu as parfaitement le droit de :

Postuler à une promotion

Participer aux formations proposées

Être considérée pour des opportunités d'évolution

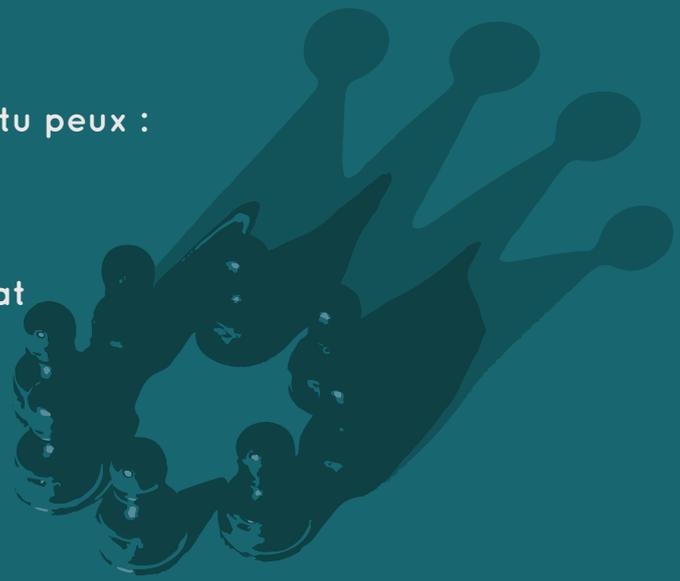
*Dire "Elle est enceinte donc elle ne peut pas venir à l'atelier"
n'est pas seulement irrespectueux, c'est illégal.*

4. Le droit de se syndiquer

Grâce à l'article 13 du Code du Travail libanais, tu peux :

- ▶ Rejoindre un syndicat existant
- ▶ Participer à la création d'un nouveau syndicat

Les syndicats peuvent être tes meilleurs alliés face à un licenciement abusif, des salaires impayés, ou le classique "tu seras payée le mois prochain"



5. La protection pendant la maternité

Tu es enceinte ? Tu es toujours puissante et la loi est de ton côté.

- ▶ Tu ne peux pas être licenciée à cause de ta grossesse ou après avoir accouché
- ▶ Tu as droit à 10 semaines de congé maternité payé
- ▶ Tu ne peux pas être affectée à des tâches physiques épuisantes ou risquées
- ▶ Tu as droit à retrouver ton poste, sans rétrogradation ni punition
- ▶ Et tu peux bénéficier de pauses allaitement quotidiennes pendant un an

Petit bonus :

les papas du secteur privé ont droit à 3 jours de congé paternité. C'est peu...mais c'est un début.

6. En cas de violation de tes droits

Si tu fais face à

- ▶ Du harcèlement
 - ▶ De la discrimination
 - ▶ Un licenciement abusif
- Voici où signaler la situation :
- ▶ Le Ministère du Travail
 - ▶ Un syndicat de travailleurs
 - ▶ Une ONG de défense des droits des femmes

Et oui, garde toujours une copie de ton contrat, de tes fiches de paie et de tes emails, ça peut être très utile si problème il y a.

La loi te protège contre les représailles : si tu parles, ton employeur n'a pas le droit de te punir pour ça.

II. Droits juridiques et fiscaux des femmes au travail au Liban

Tu t'es peut-être déjà dit : "Personne ne m'a jamais parlé de tout ça !"

Eh bien... voilà, maintenant tu vas tout savoir.

Tu as le poste, le bureau (et peut-être même une machine à café qui fonctionne) Mais avant de signer quoi que ce soit ou de répondre à des emails à minuit, assure-toi de connaître tes bases juridiques.

Tes droits légaux de base

1. Un contrat écrit

Tu as droit à un contrat écrit, pas un vague "on verra comment ça se passe". Il doit inclure :

 Ton intitulé de poste

 Ton salaire

 Tes horaires de travail

 La période d'essai (s'il y en a une)

Si ce n'est pas écrit...ça n'existe pas. Répète après nous : Pas de contrat, pas d'accord.

2. Les horaires de travail

Le plafond légal ? 48 heures par semaine.

Soit 8 heures par jour, 6 jours par semaine max.

Sauf si tu es secrètement un robot, n'accepte pas les 60h/semaine "juste ce mois-ci".

3. Le congé maternité

C'est dans la loi : 10 semaines de congé maternité payé.

Sans retenue sur salaire, sans culpabilisation, sans "mais on a vraiment besoin de toi."

Et personne ne peut te virer parce que tu es enceinte, sauf s'ils veulent un procès.

4. Pas de discrimination

Tu ne peux pas être refusée pour un poste, une augmentation ou une promotion parce que tu es :

▶ Une femme

▶ Enceinte, ou que tu pourrais l'être

▶ Mariée, ou sur le point de l'être

▶ Ou simplement jugée sur ton apparence ou ton mode de vie

Si ça t'arrive, ce n'est pas "la norme", c'est une violation de tes droits.

Envie d'en savoir plus sur les lois, les taxes ou ta couverture CNSS ?

Voici quelques ressources officielles à garder sous la main :

Ministère du Travail — www.labor.gov.lb

Commission nationale pour les femmes libanaises — www.nclw.gov.lb

Ordre des avocats de Beyrouth — www.bba.org.lb

III. La période d'essai

Tu es à l'essai... mais eux aussi

La période d'essai, c'est un peu comme les débuts d'une relation : Tu testes le job, ils te testent, et chacun peut dire "ça ne marche pas" sans (trop de) drame.

Mais ne te laisse pas berner par l'ambiance décontractée. C'est un vrai boulot, et tu as de vrais droits.

Combien de temps ça dure ?

D'après l'article 12 du Code du travail libanais :

- ▶ Maximum : 3 mois (pour les contrats à durée indéterminée)
- ▶ Ça peut être plus court, surtout pour des jobs à temps partiel, freelance, ou spécifiques.

Si on te dit que "6 mois c'est la norme", imprime ce guide et fais passer le message.

Peut-on te virer pendant la période d'essai ?

Techniquement, oui. Toi ou l'employeur pouvez rompre le contrat sans préavis ni indemnités, mais uniquement si :

- ▶ C'est dans le délai prévu
- ▶ Et écrit clairement dans ton contrat

Alors, vérifie toujours :

- ✓ La période d'essai est-elle mentionnée ?
- ✓ Les conditions de rupture sont-elles claires

Poser des questions, c'est pas "trop en faire". C'est juste être pro.

À surveiller de près

- a) Ne laisse pas la période d'essai dépasser 3 mois, sauf si c'est écrit et justifié
- b) S'ils disent "on va juste l'allonger un peu"... gros drapeau rouge
- c) Et profite de ce temps pour les évaluer aussi :
 - ▶ Tes droits sont-ils respectés ?
 - ▶ L'environnement est-il sain ?
 - ▶ Ton boss joue-t-il les petits dictateurs ?

ASTUCES DE PRO

- ✓ Sois présente, impliquée, curieuse
- ✓ Prends des notes : tâches, retours reçus, ton ressenti
- ✓ Garde tout : contrat, emails, messages bizarres

Retiens ceci :

*La période d'essai, ce n'est pas une sanction mais un temps d'évaluation réciproque.
Si les conditions ne te conviennent pas, tu as pleinement le droit d'y mettre fin.*



IV. Harcèlement sexuel au travail

Si ça te met mal à l'aise, ce n'est PAS "juste une blague."
Tu as le droit de te sentir en sécurité au travail.
Pas "à peu près bien", pas "je vais faire avec."
Ta sécurité avant tout. Point final.

Ce à quoi peut ressembler le harcèlement sexuel :

- ▶ Commentaires non désirés sur ton corps, tes vêtements ou ton apparence
- ▶ Blagues déplacées, sous-entendus sexuels ou remarques suggestives
- ▶ Pressions pour sortir avec quelqu'un, flirter ou "être gentille" pour garder ton poste
- ▶ Contacts physiques non sollicités, frôlements ou invasion de ton espace
- ▶ Appels, messages ou DMs répétés et gênants
- ▶ Partage de contenus sexuels au bureau ou dans des discussions pro

Que faire si ça t'arrive ?

1. Ose t'exprimer



TU PEUX DIRE :
"CE N'EST PAS APPROPRIÉ"
OU
"MERCI D'ARRÊTER."

2. Note tout

Écris :

- ✓ *Ce qui s'est passé*
- ✓ *Où et quand*
- ✓ *Qui était là*
- ✓ *Prends des captures d'écran si c'est en ligne ou par message*

3. Parle à quelqu'un en qui tu as confiance

Une collègue, une responsable, une amie, un syndicat...



4. Signale-le :

- ▶ Si ton entreprise a un département RH ou un système de signalement, utilise-le
- ▶ Sinon, tu peux aussi demander de l'aide extérieure

Tes droits selon la loi libanaise La loi n°205/2020

- ▶ Criminalise le harcèlement sexuel
- ▶ Protège les victimes contre les représailles
- ▶ Oblige les employeurs à prendre des mesures de prévention et de réponse

Tu peux déposer une plainte via :

- ▶ Les Forces de sécurité intérieure (FSI)
- ▶ Un/une avocat.e
- ▶ Le Ministère du Travail
- ▶ Une ONG de défense des droits des femmes

En résumé, que faire ?

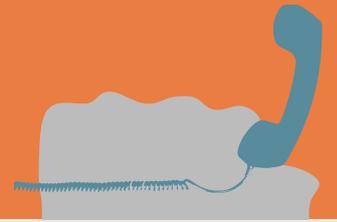
Étape 1 : Documente tout

- ▶ Ce qui s'est passé
- ▶ Quand et où
- ▶ Qui était là
- ▶ Captures d'écran si c'était en ligne

Étape 2 : Parle à quelqu'un de confiance

Tu n'exagères pas.

Et tu n'es pas seule.



Étape 3 : Passe à l'action

Tu peux :

- ✓ Signaler aux Ressources Humaines
- ✓ Contacter le Ministère du Travail
- ✓ Porter plainte
- ✓ Appeler une association spécialisée

IMPORTANT

Si quelqu'un te dit "Ignore-le, il ne pensait pas à mal", ce n'est pas un conseil, c'est de la minimisation (gaslighting).

Tu n'as pas à te taire pour garder ton job.

TU Y ES ARRIVÉE !

Tu as survécu à :

- La recherche d'emploi
- Le CV
- L'entretien
- Les droits au travail
- Y compris des sujets sensibles aux sujets lourds comme le harcèlement et les impôts

TU ES MAINTENANT OFFICIELLEMENT ÉQUIPÉE AVEC

-  Les outils pour te présenter comme une pro
-  Le courage d'entrer en entretien sans transpirer de stress
-  La connaissance pour faire respecter tes droits
-  Et surtout...la conviction que tu mérites ta place, au bureau, à la table des décisions, et sur la fiche de paie

J'AI
DÉCROCHÉ
CE

JOB!