



SURVIVRE AU CHÔMAGE

L'OCCASION DE S'APPUYER SUR LE SEIGNEUR

PRÉPARER L'AVENIR

« Les nuages économiques qui menacent depuis longtemps notre monde sont à présent directement au-dessus de notre tête... Au fur et à mesure des réductions d'effectifs ou des fermetures d'entreprises, même des employés modèles risquent de devoir se chercher un nouvel emploi. C'est l'occasion de faire confiance au Seigneur, de grandir et d'être fortifié... Exprimez votre reconnaissance dans vos prières pour tout ce qui vous a été octroyé. Votre Père céleste vous aime. Son Fils a promis : 'Toutes ces choses [vous] donneront de l'expérience et seront pour [votre] bien' (D&A 122:7). »¹

FAITES GRANDIR VOTRE FOI AU SEIGNEUR

Il n'est pas rare que le moral des demandeurs d'emploi connaisse des hauts et des bas pendant leur chômage. Cependant, quand ils manquent de foi dans la volonté et le pouvoir du Seigneur de les aider, ils se privent délibérément des bénédictions qu'ils demandent dans leurs prières.

Les suggestions suivantes vous aideront à traduire votre foi en Jésus-Christ en action :

- Payez honnêtement la dîme.
- Demandez une bénédiction de la prêtrise.
- Organisez un jeûne familial et priez chaque jour.
- Lisez votre bénédiction patriarcale.
- Allez au temple le plus souvent possible.
- Remplissez votre appel.
- Habillez-vous tous les jours comme pour un entretien d'embauche, même si vous n'en avez pas de prévu.

DEMANDEZ DE L'AIDE POUR TROUVER UN TRAVAIL

Des études montrent que les demandeurs d'emploi passent la plus grande partie de leur temps à *chercher* du travail dans les annonces des journaux et sur l'Internet. Mais la plupart des gens *trouvent du travail par le bouche à oreille et en s'adressant directement aux entreprises.*

Les suggestions suivantes vous aideront à trouver des gens qui pourront vous aider :

- Parlez régulièrement de votre recherche d'emploi à votre famille, à vos amis, à vos connaissances et à d'autres personnes.
- Mettez à jour votre liste de contacts et assurez-vous qu'ils comprennent votre situation.
- Demandez conseil à votre évêque ainsi qu'aux dirigeants de collège et de la Société de Secours, aux instructeurs au foyer, aux instructrices visiteuses et aux spécialistes de l'emploi de paroisse ou de pieu.
- Procurez-vous un imprimé d'Autorisation de l'évêque de bénéficier des services de l'Église, adressez-vous au centre d'aide à l'emploi de l'Église le plus proche et consultez le site www.ldsjobs.org.
- Trouvez quelqu'un qui puisse être votre guide ou votre mentor dans votre recherche d'emploi et demandez-lui de l'être.
- Travaillez huit heures par jour à chercher un emploi, efforcez-vous de prendre dix contacts et d'avoir deux réunions ou deux entretiens par jour en rapport avec votre recherche, et notez vos activités quotidiennes.

VIVEZ SELON VOS MOYENS

Quelles que soient vos qualifications actuelles ou les avantages sociaux que vous avez pu recevoir du fait de votre dernier emploi, il vaut mieux vous préparer à un chômage de longue durée. La plupart des recherches d'emploi durent plus longtemps que prévu. Commencez par chercher des moyens d'augmenter vos revenus et de diminuer vos dépenses.

Les conseils suivants pourront vous être utiles :

Trouvez des sources d'amélioration de vos revenus

- Trouvez un emploi temporaire.
- Demandez à bénéficier des allocations de chômage et d'autres subsides du gouvernement.

ÉGLISE DE
JÉSUS-CHRIST
DES SAINTS
DES DERNIERS JOURS

- Commencez un travail à votre compte (par exemple : leçons de musique, jardinage, etc.).
- Vendez des objets dont vous n'avez pas besoin.

Trouvez des moyens de diminuer vos dépenses

- Utilisez les transports en commun et regroupez les courses.
- Suspendez les abonnements à des clubs ou les charges non essentielles, telles que les lignes téléphoniques supplémentaires ou la télévision par câble.
- Demandez à vos créanciers un rééchelonnement de vos traites ou un abaissement des taux d'intérêt.
- Donnez des cadeaux que vous avez confectionnés ou bien de votre temps au lieu de donner des cadeaux achetés.
- Dépensez moins d'électricité et de gaz (par exemple, augmentez ou abaissez le thermostat de quelques degrés selon la saison).
- Faites les courses avec une liste et des bons de réduction, et complétez vos achats avec vos réserves de nourriture.
- Allez moins souvent au restaurant et achetez moins de plats tout faits.
- Réparez vos vêtements et contentez-vous de ce que vous avez.

ESSAYEZ D'OBTENIR UN SUPPLÉMENT DE FORMATION ET D'AUGMENTER VOS QUALIFICATIONS PROFESSIONNELLES.

Les services d'aide à l'emploi de l'Église non seulement aident à trouver du travail mais ils fournissent aussi des services et de la formation professionnelle ou des conseils pour la création de petites entreprises.

De plus, chaque centre tient à jour la liste des ressources publiques qui peuvent apporter de l'aide pendant la recherche d'emploi. Beaucoup de ces mêmes services sont également disponibles par l'intermédiaire des spécialistes de l'emploi de paroisse et de pieu ou sur le site www.ldsjobs.org.

Rendez-vous dans un centre d'aide à l'emploi proche de chez vous :

- Demandez de l'aide pour préparer un curriculum vitae, apprenez des techniques de recherche d'emploi éprouvées et obtenez des références.
- Suivez le stage de recherche d'emploi ou de création d'entreprise.
- Participez au programme de placement professionnel.

SOIGNEZ VOTRE SANTÉ ET VOTRE BIEN-ÊTRE

Il est vital d'être en forme physiquement et mentalement pendant les périodes de chômage. Restez proche de votre conjoint, de vos enfants et des membres de votre famille élargie. Les problèmes de santé et les difficultés familiales ne font que prolonger la recherche d'emploi.

Les conseils suivants pourront vous être utiles :

- Faites de l'exercice et reposez-vous suffisamment.
- Alimentez-vous bien et surveillez votre poids.
- Suivez tous les traitements médicaux et dentaires nécessaires avant l'expiration de la couverture santé de votre précédent emploi.
- Renseignez-vous sur les possibilités de mutuelles santé ou de services de santé publics.

1. Robert D. Hales, « Une vision évangélique de l'entraide, la foi en action », *Principes de base de l'entraide et de l'autonomie*, 2009, p. 1-3.

SERVICES D'AIDE À L'EMPLOI SDJ

Pour vous aider à trouver du travail, à évoluer professionnellement ou à gérer votre petite entreprise, le personnel du centre d'aide à l'emploi SDJ travaille en collaboration étroite avec vous et les dirigeants de votre paroisse pour vous assister dans les domaines suivants :



Obtention d'un travail

- Renseignements et possibilités de travail en réseau
- Préparation aux entretiens
- Consultation des ressources de la collectivité
- Annonces des employeurs, des membres et d'autres personnes



Évolution professionnelle

- Aide personnalisée
- Formation professionnelle et en entreprise
- Renseignements sur les possibilités d'études
- Possibilités d'aide financière, entre autres le Fonds perpétuel d'études



Gestion de votre petite entreprise

- Instructions pour préparer un projet d'entreprise
- Relations avec les associations de petites entreprises
- Consultation des ressources de la collectivité pour les petites entreprises
- Renseignements sur le microcrédit et d'autres possibilités de financement extérieur

Pour obtenir de plus amples renseignements ou l'adresse d'un centre d'aide à l'emploi proche de chez vous, rendez-vous sur le site www.ldsjobs.org.