

# Commis de salle ou commis de cuisine : préformation (4244)

Document imprimé à partir de dorifor.be.

Vous pouvez rencontrer un conseiller sans rendez-vous à la Cité des métiers, Avenue de l'Astronomie 14, 1210 Bruxelles (métro Madou), lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h, jeudi de 13h30 à 19h (jusqu'à 16h pendant les vacances scolaires).

*Venez tester vos capacités à travailler dans le secteur horeca comme commis de salle ou de commis de cuisine pendant 10 semaines. En plus, vous aurez une remise à niveau en français /calcul ainsi que des cours de néerlandais et d'anglais.*

## Objectif et Contenu

**Objectif** L'action proposée vise au renforcement du projet professionnel et à la préparation aux pré-requis nécessaires pour accéder aux formations qualifiantes de commis de salle et de cuisine notamment de Horeca Formation / Bruxelles Formation Tremplin. **Les métiers de salle sont privilégiés.**

**Programme** Remise à niveau français;  
Remise à niveau calcul;  
Découverte des réalités métiers;  
Déontologie et savoir-être métiers;  
Communication et expression langagière;  
Training physique et mental;  
Connaissances et savoir-faire de base : séances thématiques  
Ateliers d'exercices pratiques salle /cuisine;  
Introduction néerlandais et anglais métier;  
Orientation professionnelle et entretiens d'évaluation mensuelle

**Certification(s) visée(s)** Attestation de formation professionnelle

**Type de formation** [Organisme d'insertion socio-professionnelle - Contrat de formation professionnelle pour chercheur d'emploi reconnu par Bruxelles Formation](#)

## Organisation

**Durée** 10 semaines

**Horaire** lundi mardi mercredi jeudi vendredi en journée 9h00 à 16h00 temps plein  
Des visites et mises en observation sont envisageables en-dehors de l'horaire.

**Début** ponctuel

**Coût** Gratuit -

## Conditions d'admission

**Prérequis administratif** Etre chercheur d'emploi. Avoir au moins 18 ans. **Ne pas avoir** le *certificat de l'enseignement secondaire supérieur* de plein exercice (CESS) ou son *équivalence* . Être en bonne condition physique. Avoir envie de se former et de travailler dans la restauration.

**Connaître** Test de français et de calcul (4 opérations fondamentales et le système métrique).

## Intéressé(e) ?

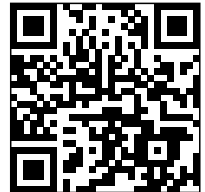
Que faire

Pas de session planifiée en ce moment.

## Remarques

Formation organisée en partenariat avec Horeca Formation et Bruxelles Formation Tremplin.  
c/form. ZI304000

Retrouvez cette formation sur <http://www.dorifor.be/formation/4244>



---

### **Mission locale de Molenbeek**

Boulevard Léopold II 101-103 - 1080 Molenbeek

02 421 68 60

direction@mlocmolenbeek.irisnet.be - <http://www.mloc1080.be>