

• Mon parcours de formation

Vous allez lister les formations que vous avez suivies (en formation initiale et en formation continue) de manière chronologique – de la plus ancienne à la plus récente et en vous aidant de tous les documents que vous pouvez retrouver : CV, diplômes...

Pour chaque information, vous allez renseigner les 5 colonnes du tableau ci-dessous :

Colonne 1 : inscrire le titre exact de la formation

Colonne 2 : les dates de réalisation de la formation et le nom de l'organisme de la formation

Colonne 4 : les compétences ou connaissances que vous avez acquises. (Si vous ne les avez plus en tête, n'hésitez pas à chercher ces informations sur Internet, des fiches descriptives des formations).

Colonne 5 : les savoirs, connaissances ou compétences qui vous ont plu et que vous aimeriez retrouver dans un futur poste.

Titre/Objet de la formation ou stage(s) suivi(s)	Dates et noms des établissements fréquentés	Le cas échéant : diplôme/validation	Descriptif (connaissances/compétences acquises)	Savoirs et compétences que j'aimerais retrouver
Communication Visuelle Pluri-Média	2013 - Lycée Jean-François CHAMPOLLION Lattes	CAP obtenu	Maîtrise des outils d'infographie (suite Adobe) et processus de création d'identités visuelles	Créativité
DAEU (Diplôme d'Accès aux Etudes Universitaire)	2016 - Université Paul Valéry UM3 Montpellier	Equivalent BAC pour la poursuite d'études supérieures	Socle commun de connaissance de la filière littéraire	Gestion du temps / délais
Licence Arts Plastiques	2019 - Université Paul Valéry UM3 Montpellier	Licence obtenue	Acquisition des savoirs pratiques, théoriques et culturels liés aux arts plastiques	Recherche, créativité
Master Arts Plastiques	2023 - Université Paul Valéry UM3 Montpellier	Master 1 validé (parcours Jeu-vidéo)	Méthodologie et rigueur universitaire de la recherche et création plastique avec mémoire	Suivi de projet sur le long terme Gestion du temps / délais
Permis de conduire	2023 - Auto-école Stych	Permis B automatique obtenu	Respect du code de la route, des autres usagers	Anticipation
Projet Pro	2024 - Instep Occitanie	Pas de titre ou diplôme	Développement des compétences liées à la recherche d'emploi et à la construction de projet professionnel	Présentation et expression (à retravailler encore cependant)

• Mon parcours en termes d'emplois et d'expériences extra-professionnelles

Vous allez lister les différentes expériences professionnelles et extra-professionnelles que vous avez eues, de manière chronologique c'est-à-dire de la plus récente et en vous aidant de tous les documents que vous pouvez retrouver : contrats et certificats de travail, fiches de poste, CV...

Vous allez renseigner pour chaque expérience, les différentes colonnes du tableau ci-dessous :

Colonne 1 : les dates de l'expérience en précisant au minimum les mois et les années

Colonne 2 : le nom de l'entreprise ou de l'association au sein de laquelle vous avez travaillé en tant que salarié ou bénévole

Colonne 3 : le poste occupé et l'objectif du poste c'est-à-dire en quelques mots la fonction de l'emploi dans l'entreprise, votre mission

Colonne 4 : les principales activités que vous avez réalisées, c'est-à-dire ce que vous avez fait en utilisant un verbe d'action

Colonne 5 : les résultats que vous avez obtenus c'est-à-dire ce que vous avez réussi à faire

Colonne 6 : ce que cette expérience vous a apporté (pourquoi elle a été positive, enrichissante).

Dates	Nom de l'entreprise ou de l'association	Poste occupé et objectif de ce poste (à quoi il sert)	Principales activités réalisées	Résultats obtenus	Apports de cette expérience
Exemple : Septembre à juin 2010	Entreprise XXX à Toulouse	<u>Poste</u> : secrétaire <u>Objectif</u> : assurer l'accueil et la gestion administrative	Accueillir le public Enregistrer le courrier Saisir des documents	J'étais la seule secrétaire dans l'entreprise pour 30 personnes	Découverte du travail dans PM, polyvalence des tâches
2014	Comptalia	Employé des services généraux Assurer l'envoi de colis dans les temps	Mise en colis gestion de stocks expéditions	J'ai rattrapé en deux semaines deux mois de retards accumulé par l'entreprise, et offert des pistes d'optimisation de l'organisation du service de colis	Rigueur, confiance en moi, gestion des délais
2016	Pôle Emploi	Service civique : médiateur numérique Accompagner les demandeurs d'emploi dans leur déclaration, inscription et dépôts de pièces informatiques	Accueil du public Gestion de conflit Saisi de document Démarches numériques	Succès dans l'orientation et l'accompagnement de publics parfois difficiles, dans des contextes défavorables (Deux ou trois médiateurs pour une quinzaine de personnes à gérer pendant les périodes de flux important)	Confiance en moi, contact humain, sentiment d'utilité concret

2020	Université Paul Valéry UM3 Montpellier	Tuteur d'Arts Plastiques Assurer l'acquisition ou le rattrapage de connaissances pratiques en art	Accueil d'étudiant Enseignement Accompagnement	J'ai permis à des étudiants de rattraper certains retard, ou découvrir de nouvelles méthodes de pratiques plastiques plus pertinentes selon leur profils	Confiance en moi, contact humain, sentiment d'utilité, de valorisation et de reconnaissance