

Ateliers 2020



Campus de Saint-Quentin-en-Yvelines
Bibliothèque universitaire
12 h 15 / 13 h 45

- **CV** : jeudi 30 janvier - jeudi 5 mars
- **Lettre de motivation** : jeudi 6 février - jeudi 26 mars
- **Entretien professionnel** : jeudi 27 février - jeudi 9 avril

> Inscription aux ateliers : www.uvsq.fr
Service Orientation et Insertion professionnelle (SOIP)
oiip.defip@uvsq.fr
01 39 25 58 06 - 01 39 25 56 10



CV / lettre de motivation
Entretien professionnel
Projet d'étude / professionnel

www.uvsq.fr



Atelier CV Curriculum vitae

Intervenant :

**Service de l'orientation et de l'insertion professionnelle
en partenariat avec la Direction des bibliothèques universitaires**

L'essentiel du CV

1 - Objectifs du CV

2 - Contenu du CV

3 - Forme du CV



Objectifs d'un CV

- ✓ Le CV doit fournir une **image positive** de soi et de son parcours
- ✓ Il constitue un **outil de communication personnel**.
Il doit parfaitement vous correspondre : il s'agit d'une image de soi à un moment donné
- ✓ **Définir votre projet professionnel** sera une aide et un fil conducteur dans la rédaction de votre CV et lettre de motivation.



Objectifs du CV

Le CV sert à être « sécurisé » :

Candidat en adéquation avec le poste

Rapidement opérationnel

Avec une personnalité

Le recruteur cherche à ce que la sélection de candidat soit une source de facilité, de sécurité pour lui.

Vous devez **adapter** et **personnaliser** votre CV et votre lettre

Vous devez vous **connaître** parfaitement afin de valoriser vos connaissances et vos **compétences**

**Ainsi, un bon CV est : Bref – Percutant – Impeccable – Clair – Complet
Ciblé – Sécurisant - Convaincant**

L'essentiel du CV

- 1 - Objectifs du CV
- 2 - Contenu du CV
- 3 - Forme du CV



Les rubriques du CV

Un outil synthétique et adapté à l'emploi type

Objectif = mettre en valeur votre profil (mais pas de raconter votre vie !)

En général, **4 paragraphes** :

- *État civil*
- *Expériences professionnelles*
- *Formation initiale / continue*
- *Loisirs / centre d'intérêt*

Les rubriques du CV

Le CV comprend 4 rubriques :

1/ Formation initiale et diplôme :

- cursus scolaire, universitaire, formation professionnelle continue, etc.
(ordre anti-chronologique). Mots-clés de la formation

2/ Expériences professionnelles :

- *dates de début et de fin des expériences (années, la plus récente d'abord)*
- *nom de l'entreprise / ministère / secteur d'activité*
- *fonction occupée / activités – missions*
- *réalisations, éléments quantitatifs ou qualitatifs, direction d'équipe, etc*

Les rubriques du CV

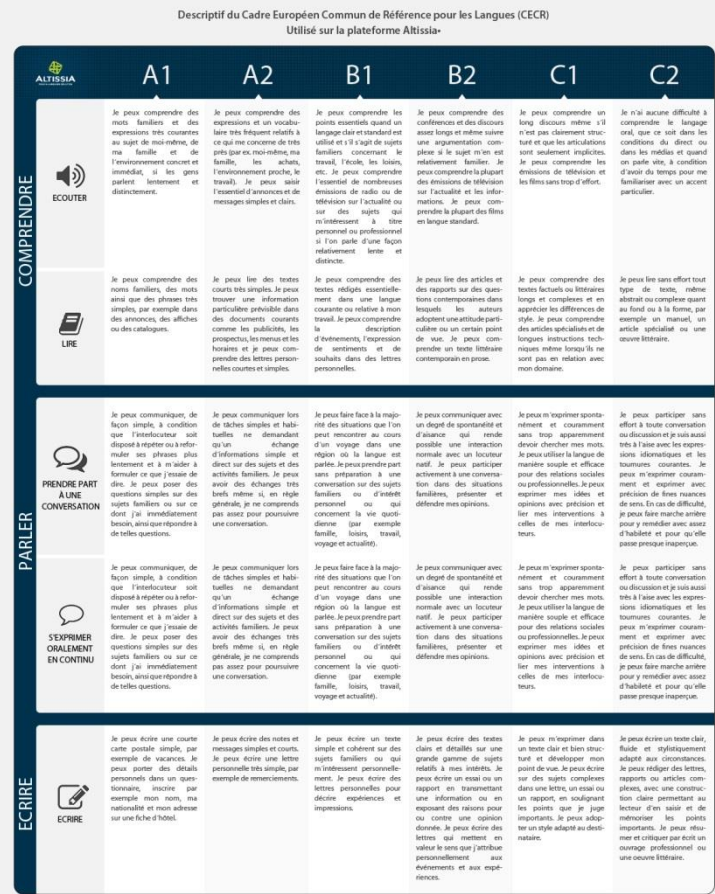
3/ Compétences particulières :

Préciser :

- Les **savoirs, savoir-faire et savoir-être**, éventuellement développés à titre personnel
- La maîtrise des **outils informatiques**
- Les **langues** parlées et écrites, avec le niveau (par ex., notions, courant, lu, écrit, parlé)
- La détention d'un permis de conduire, d'une qualification particulière
- Compétences annexes (activités intra-professionnelles)

4/ Centres d'intérêt :

- Mentionner vos activités extraprofessionnelles, par exemple la participation à des associations, des loisirs (sport, culture, voyage, etc.). / expérience extra-profess et sociale



L'essentiel du CV

- 1 - Objectifs du CV
- 2 - Contenu du CV
- 3 - Forme du CV

VINCENT MILOUSE

Titre du poste recherché



A PROPOS DE MOI

Décrivez en quelques lignes vos compétences clés pour le poste et vos objectifs de carrière. Vous pouvez les mettre en forme à l'aide de puces ou les laisser sous forme de texte plein. Cet espace peut servir de début d'introduction à votre lettre de motivation soyez précis, imaginaire et mettez en valeur votre potentiel professionnel.



Expérience

- 2010 - 2013
TITRE DU POSTE
Nom de l'entreprise
Décrivez ici les fonctions que vous avez occupé pour ce poste. Décrivez également vos missions et vos résultats.
- 2010 - 2013
TITRE DU POSTE
Nom de l'entreprise
Décrivez ici les fonctions que vous avez occupé pour ce poste. Décrivez également vos missions et vos résultats.
- 2010 - 2013
TITRE DU POSTE
Nom de l'entreprise
Décrivez ici les fonctions que vous avez occupé pour ce poste. Décrivez également vos missions et vos résultats.



Formation

- 2010 - 2013
UNIVERSITE - ECOLE
Titre du diplôme
Décrivez les spécialités de cette formation : vos diplômes, les options de la formation, etc...
- 2010 - 2013
UNIVERSITE - ECOLE
Titre du diplôme
Décrivez les spécialités de cette formation : vos diplômes, les options de la formation, etc...
- 2010 - 2013
UNIVERSITE - ECOLE
Titre du diplôme
Décrivez les spécialités de cette formation : vos diplômes, les options de la formation, etc...



Certificats

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.



Compétences

Créativité

Linux - Windows

Microsoft Office

Google Adwords

Internet

Commerce - Vente

Marketing



Langues

Anglais

Danois

Chinois

Contact

+33 1 02 03 04 05

monemail@mail.com

17 rue de la Réussite 75012
Paris

Présentation visuelle du CV (classique)

Parcours professionnel

Compétences techniques

DUPOND RICHARD

6 square de l'Opéra Louis Jouvet

75009 Paris

Tél. : 01 49 46 56 50

Portable : 06 01 12 13 14

E-Mail : richard.dupond@espectra.fr

28 ans – Concubinage

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- 2002-2005** **COMEXPO PARIS** (*organisateur de salons et foires, 136 M€ de CA, 250 collaborateurs*)
06/2003 **Contrôleur de Gestion**
- Recrutement et encadrement de 2 Contrôleurs Adjoints
- Gestion de centres de profit et de filiales
- Assistance et conseil auprès des directeurs opérationnels dans l'établissement et le suivi de leur budget
- Mise en place d'indicateurs et calcul de marges
- Participation à l'élaboration et à la mise en place de la politique tarifaire
Missions diverses :
- Définition et mise en place de procédures internes
- Réalisation d'un audit interne suite à l'intégration d'une filiale au sein du groupe
- 10/2002 **Adjoint au Contrôleur de Gestion**
- Suivi et contrôle des budgets
- Elaboration des arrêts analytiques
- Assistance et conseil auprès des opérationnels
- Contrôle de la comptabilité clients (suivi des impayés, suivi des encaissements...)
- Traitement des factures
- 02/2002 **TREVES** (*équipementier automobile, 850 M€ de CA, 7500 personnes*)
Stage de 6 mois, Assistant du Directeur de la Consolidation et Reporting Groupe
- Participation aux travaux d'élaboration des comptes consolidés mensuels et statutaires
- Participation au développement du contenu et de la forme du reporting mensuel groupe

FORMATION

- 2001 **Maîtrise de Sciences Economiques mention « Economie et Gestion de l'Entreprise »** - Université de Nantes
- 1996 Baccalauréat Scientifique option Mathématiques – Saint Nazaire

INFORMATIQUE

Bonne maîtrise des outils informatique
Connaissance du logiciel Carat, Harmonie, GDD et WinExpo

INTERETS

- Lecture; Informatique; Musique, Sport (Basket)

La forme du CV

Un CV doit être clair, concis, lisible, agréable

La forme peut faciliter ou bloquer la lecture : choisissez une mise en page claire, aérée et sobre pour faciliter la lecture du recruteur et renforcer son impression positive.

Le CV a un effet visuel destiné à mettre en valeur les éléments essentiels de votre parcours.

Profil Pro

Décrivez en quelques lignes vos compétences clés pour le poste et vos objectifs de carrière. Vous pouvez les mettre en forme à l'aide de puces ou les laisser sous forme de texte plein.

Cet espace peut servir de début d'introduction à votre lettre de motivation soyez précis, imaginatif et mettez en valeur votre potentiel professionnel.

Formation

1997-2001 Université
Décrivez ici votre formation, ses objectifs et ses atouts, options, ...

1997-2001 Université
Décrivez ici votre formation, ses objectifs et ses atouts, options, ...

1997-2001 Université
Décrivez ici votre formation, ses objectifs et ses atouts, options, ...

Experience

2005-2007 Société – Poste occupé
Décrivez ici les fonctions que vous avez occupé. Décrivez également vos missions, le nombre de personnes que vous avez encadré etc ...

2005-2007 Société – Poste occupé
Décrivez ici les fonctions que vous avez occupé. Décrivez également vos missions, le nombre de personnes que vous avez encadré etc ...

2005-2007 Société – Poste occupé
Décrivez ici les fonctions que vous avez occupé. Décrivez également vos missions, le nombre de personnes que vous avez encadré etc ...

2005-2007 Société – Poste occupé
Décrivez ici les fonctions que vous avez occupé. Décrivez également vos missions, le nombre de personnes que vous avez encadré etc ...

Projet

2016 – Projet réalisé
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Integer efficitur arcu. Proin accumsan sapien id imperdiet venenatis. Maecenas mattis at justo nec consectetur.

Contact

Christophe DELOITE
TITRE DU POSTE

ADDRESS: 12 Rue de la Réussite
75012 Paris
TEL : +33 01 02 03 04 05
E-MAIL: mail@mail.com
TWITTER : twitter.com/deloite

Langues

ANGLAIS ☒ ☒ ☒ ☐

CHINOIS ☒ ☒ ☒ ☐

ALLEMAND ☒ ☒ ☐ ☐

Compétences

CREATIF ☒ SERIEUX ☒

OPEN OFFICE ☒ GOOGLE ADWORDS ☒

Présentation visuelle du CV

Approche chronologique du CV

Les expériences professionnelles (chrono inversée) sont détaillées, elles visent à préciser :

- 1/ les dates précises de l'expérience
- 2/ l'administration / l'employeur – localité
- 3/ la fonction exercée – le grade – niveau de responsabilité
- 4/ les activités exercées / compétences acquises : thématiser, fournir des éléments de résultats quantitatifs et / ou qualitatifs, taille de la structure effectifs

Le recruteur validera les compétences acquises, la cohérence du parcours et analysera le contexte d'acquisition des compétences

Présentation visuelle du CV

Approche par domaines de compétences

Intérêt : permet de mutualiser au service de la cible de recherche l'ensemble des compétences ré-investissables acquises dans le cadre professionnel, formatif, extra-professionnel sans indication de période. **Favorise la lisibilité du parcours du candidat pour le recruteur par rapport aux compétences recherchées.**

Les rubriques

- **En-tête classique** :
 - état-civil, âge, coordonnées, lien LinkedIn
 - grade / ACCROCHE avec le cadre d'emploi, cible métier et secteur
 - disponibilité, mobilité, Permis et véhiculé
- **Compétences**
- **Expériences**
- **Formation** : initiale et continue
- **Centre d'intérêts / loisirs** (passions, loisirs, bénévolat...) : expression de la personnalité du candidat

Les bonnes pratiques du CV

- ✓ **Attirer l'attention avec une accroche percutante** malgré la contrainte (cv limité à 2 pages maximum, harmoniser police, taille, couleur)
- ✓ **Démontrer la valeur ajoutée de votre** candidature en convaincant le recruteur / jury par une argumentation solide
- ✓ **Exprimer votre motivation (efficacité / créativité dans les mots)**
- ✓ **Style bref, rapide : verbes d'action** (ex : réaliser, mettre en place)
Présenter sous la forme d'une semi-rédaction
- ✓ **Concision sur l'essentiel** : trop d'information tue l'information (2 pages maximum en fonction des profils)
- ✓ **Commencez par décrire vos expériences et formations les plus récentes; ce sont généralement les plus valorisantes**
- ✓ **Pour les résultats obtenus** (secteur privé ou public : CA, taille, quantifier, qualifier sur des réalisations concrètes)/ participation à des activités annexes

Pour en savoir plus, les outils essentiels

- Création de votre profil et réseau professionnel sur **LinkedIn** et le **Cluster UVSQ**, plateforme des diplômés et des entreprises

vert & bleu
cluster de compétences by UVSQ


ACTUALITES MEMBRES GROUPES EMPLOIS & STAGES PARTENARIAT CONTACT

DIPLÔMÉS & ÉTUDIANTS
COMPLÉTEZ VOTRE PROFIL ET RETROUVEZ VOS CAMARADES DE PROMOTION

J'ACTIVE MON COMPTE

● DIPLÔMÉS & ÉTUDIANTS ENSEIGNANTS-CHERCHEURS & COLLABORATEURS RECRUTEURS & ENTREPRISES

DÉJÀ **20108** MEMBRES DANS 98 PAYS



Pays	Nombre de membres
Royaume-Uni	64
Irlande	174
Pays-Bas	33652
France	582
Portugal	160
Espagne	654
Allemagne	18
Pologne	14
Italie	14
Autriche	60
Belgique	10
Grèce	10
Israël	10
Israël	10
Israël	10

Google | Données cartographiques ©2017 Google, INEGI, ORION-ME | Conditions d'utilisation

☒ Membres actifs ☒ Membres étudiants
☐ Membres sursuivés ☐ Membres diplômés

Je recommande ce site

Découvrez la **BOUTIQUE** de goodies

REJOINDRE **LES GROUPES** DE L'UVSQ

Zoom avant

Pour en savoir plus, les outils essentiels

- Présentation des métiers, domaine d'activité et compétences **ONISEP** et [CIDJ](#)



Orientation & Métiers



Pour en savoir plus, les outils essentiels

- Site de l'Agence pour l'emploi des cadres et jeunes diplômés
APEC : offre d'emploi et de stage, atelier profess, vidéos

The screenshot shows the Apec website interface. At the top, a red navigation bar contains the Apec logo, a link to 'Jeunes diplômés', and a menu with items: OFFRES D'EMPLOI, SERVICES (underlined), PROFIL, OUTILS, 1^{er} JOB, OBSERVATOIRE DE L'EMPLOI, COMMUNAUTÉ, and a 'MON COMPTE' button. Below this is a breadcrumb trail: Accueil > Les services Apec > Les stratégies pour trouver un emploi > Votre projet - votre stratégie. The main heading is 'Les services Apec'. Under 'Nos produits phares', there is a link 'Un consultant vous conseille'. Under 'Les outils pour votre recherche', there are links for 'CV - Lettre de candidature', 'Entretiens de recrutement', 'Réseaux sociaux', and 'Votre marché : votre potentiel marché'. Under 'Les stratégies pour trouver un emploi', there are links for 'Une question - une réponse', 'Votre projet - votre stratégie' (highlighted with a right-pointing arrow), and 'Devenir entrepreneur'. A 'Besoin d'un conseil ?' section features a chat icon and the text 'Contactez nous au 0 809 361 212' with a 'Service gratuit 24h/24h' badge. On the right, a large banner image shows a woman in a black helmet. Text on the banner reads: 'SUR QUELLE VOIE S'ENGAGER AVEC VOTRE DIPLÔME ? DÉCOUVREZ VOS POSSIBILITÉS >'. The Apec logo is at the bottom left of the banner. A caption below the banner says 'Votre potentiel marché - Service Apec pour les Jeunes diplômés'. At the bottom of the page, a teal bar contains the text 'Votre projet professionnel – Votre recherche d'emploi'.

Vous êtes actuellement sur le site Jeunes diplômés. [Changer de site ?](#)

Apec OFFRES D'EMPLOI SERVICES PROFIL OUTILS 1^{er} JOB OBSERVATOIRE DE L'EMPLOI COMMUNAUTÉ **MON COMPTE**

Accueil > Les services Apec > Les stratégies pour trouver un emploi > Votre projet - votre stratégie

Les services Apec

Nos produits phares

- Un consultant vous conseille

Les outils pour votre recherche

- CV - Lettre de candidature
- Entretiens de recrutement
- Réseaux sociaux
- Votre marché : votre potentiel marché

Les stratégies pour trouver un emploi

- Une question - une réponse
- **Votre projet - votre stratégie**
- Devenir entrepreneur

Besoin d'un conseil ?

?

Contactez nous au **0 809 361 212** Service gratuit 24h/24h

SUR QUELLE VOIE S'ENGAGER AVEC VOTRE DIPLÔME ?
DÉCOUVREZ VOS POSSIBILITÉS >

Apec

Votre potentiel marché - Service Apec pour les Jeunes diplômés

Votre projet professionnel – Votre recherche d'emploi

Pour en savoir plus, les outils essentiels

Trouver un stage – plateforme en ligne (ONISEP, Ile-de-France, Paris)



Accueil
Retour à la page précédente

Le portail Mon stage en ligne vise à améliorer l'égalité dans l'accès aux stages ainsi que la qualité de leur contenu et de leur déroulement, dans le respect de l'autonomie de chaque université ou grande école et en prenant en compte les dispositifs de stages déjà existants. Cet espace s'adresse aux professeurs chargés du suivi des stages dans leur Unité de Formation et de Recherche (UFR), département d'IUT ou grande école ; aux services chargés du suivi des stages (bureau des stages, bureau d'aide à l'insertion professionnelle (BAIP), service de scolarité).

LES SERVICES MON STAGE EN LIGNE

- Métiers, diplômes, compétences
- Les offres de stage
- Rechercher un établissement

MON CV EN LIGNE

Le portail national des stages en entreprise

Mon stage en ligne propose de mettre à disposition des étudiants, des établissements de l'enseignement supérieur, des entreprises et organisations professionnelles ainsi que du grand public, l'essentiel des informations concernant :

- les correspondances entre les métiers, les diplômes préparés dans les universités et grandes écoles ; le portail s'appuie sur les bases de données nationales des diplômes, des métiers, des formations et des établissements d'enseignement supérieur.



île de France

English Speakers | FAQ/Contacts | Actualités



Re

La Région | Emploi & Formation | Éducation & Recherche | Économie & Agriculture | **Transports** | Santé & Social | Culture, Sport & Tourisme | Europe & International | Environnement & Territoires

Accueil > Trouvez un stage

Trouvez un stage

Que cherchez-vous ?

Entrez le nom d'une fonction, d'un métier, d'un secteur d'activité...

Durée de contrat

Choisir

Secteur d'activité

Choisir

✓ Tout sélectionner ✕ Tout désélectionner

☐ Administration

☐ Aménagement du territoire

☐ Culture - Communication - Médias

Niveau d'études

Choisir

Type de contrat

Choisir

Afficher la carte

☒ OUI

Rechercher un contrat

Réinitialiser

Pour en savoir plus, les outils essentiels

Trouver un stage – plateforme en ligne (ville de Paris)

The screenshot displays the 'PARIS STAGES & APPRENTISSAGE' website. The header includes the Paris logo, the text 'PARIS STAGES & APPRENTISSAGE', a search bar with 'Mots-clés', and links for 'TOUTES NOS OFFRES' and 'ESPACE CANDIDAT'. The main section is titled 'Les offres' and shows '75 Offres'. A sidebar on the left contains filters for 'Niveau d'étude' and 'Domaines d'activité'. The 'Domaines d'activité' filter is expanded, showing a list of domains. The main content area lists several job offers with their titles, descriptions, and requirements.

PARIS
STAGES & APPRENTISSAGE

Mots-clés

TOUTES NOS OFFRES

ESPACE CANDIDAT

Les offres

Niveau d'étude

Domaines d'activité

Domaine

- Accueil secrétariat
- Administration publique
- Animation, sport
- Automobile
- BTP, architecture
- Chimie, laboratoires
- Communication
- Culture
- Droit
- Economie, gestion, management
- Electricité, mécanique
- Environnement
- Espaces verts
- Finances, achats
- Immobilier
- Indéterminé
- Informatique
- Logistique
- Petite enfance
- Ressources humaines
- Santé et sécurité au travail
- Santé, médico-social
- Sécurité
- Service à la personne
- Social
- Urbanisme, aménagement

75 Offres

AGENT DE DÉVELOPPEMENT DU PATRIMOINE CULTUREL
Stages de plus de 2 mois - DIRECTION DES ESPACES VERTS ET DE L'ENVIRONNEMENT - Niveau I (Bac+5 et plus) - Environnement

ASSISTANCE A LA REDACTION D'UNE NOUVELLE EDITION DES PLAQUETTES " OU APPRENDRE LE FRANÇAIS A PARIS ?" AU SEIN DU SERVICE EGALITÉ, INTÉGRATION, INCLUSION
Stages de plus de 2 mois - DIRECTION DE LA DEMOCRATIE, DES CITOYENS ET DES TERRITOIRES - Niveau IV (BAC) - Accueil secrétariat

ASSISTANT CHARGÉ DE COMMUNICATION
Stages de plus de 2 mois - DIRECTION DES ESPACES VERTS ET DE L'ENVIRONNEMENT - Niveau I (Bac+5 et plus) - Communication

ASSISTANT(E) À LA DIRECTION GÉNÉRALE DES SERVICES DE LA MAIRIE DU 17ÈME ARRONDISSEMENT
Stages de plus de 2 mois - DIRECTION DE LA DEMOCRATIE, DES CITOYENS ET DES TERRITOIRES - Niveau II (Bac+3 ou 4) - Administration publique

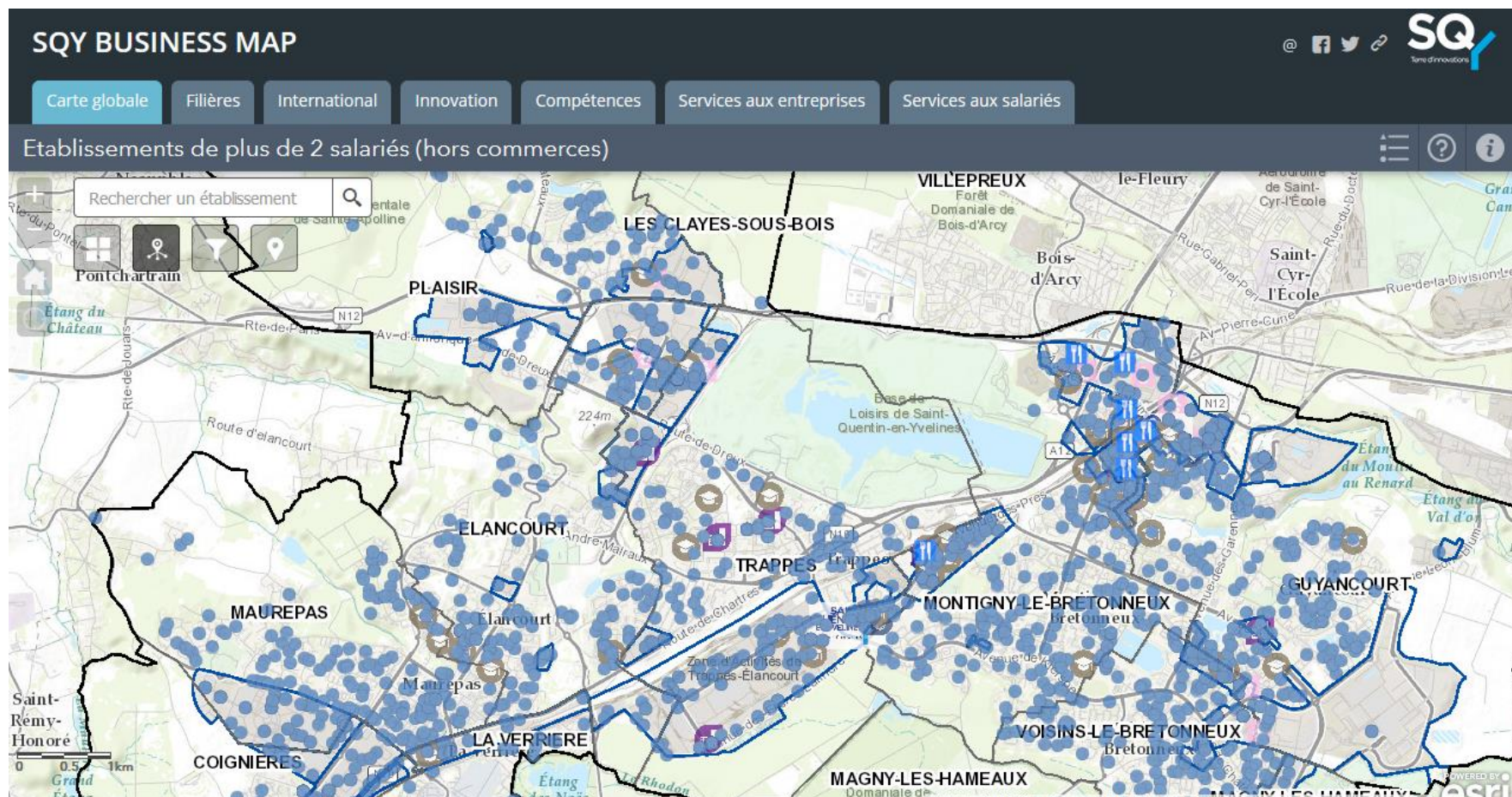
CAFERUIS
Stages de plus de 2 mois - S/D INSERSION ET SOLIDARITE - Niveau II (Bac+3 ou 4) - Santé, médico-social

CHARGÉ(E) D'ANALYSE
Stages de plus de 2 mois - DIRECTION DU LOGEMENT ET DE L'HABITAT - Niveau I (Bac+5 et plus) - Informatique

CHARGÉ(E) DE MISSIONS, SOUS L'AUTORITÉ DU DÉLÉGUÉ GÉNÉRAL ADJOINT ET DU CHEF DE PÔLE HÉRITAGE, ATTRACTIVITÉ ET RELATIONS INTERNATIONALES
Stages de plus de 2 mois - SERVICES DU SECRETARIAT GENERAL - Niveau I (Bac+5 et plus) - Animation, sport

Pour en savoir plus, les outils essentiels

- Carte interactive des entreprises de Saint-Quentin-en-Yvelines



Pour en savoir plus, les outils essentiels

- Site Pôle emploi (plateforme EmploiStore)

The screenshot shows the homepage of the EmploiStore platform. At the top, there is a navigation bar with the 'EmploiStore' logo, the 'pôle emploi' logo, a 'MON COMPTE' link, an 'ON VOUS GUIDE !' button, and a search bar labeled 'Rechercher un service'. The main banner features a silhouette of a person standing in front of a city skyline at sunset, with the text 'Trouvez tous les sites et applis dédiés à l'emploi !' and 'Parcourez les thèmes qui vous intéressent :'. Below this, there are six circular icons representing different themes: 'Choisir un métier' (compass), 'Se former' (book), 'Préparer sa candidature' (folder), 'Trouver un emploi' (key), 'Créer une entreprise' (building), and 'International' (globe). Each icon has a corresponding title and a brief description. At the bottom, there is a section titled 'Quels services pour vous ?' with a cartoon monster icon and a 'ON VOUS GUIDE !' button. The footer contains the text 'Services à la une'.

EmploiStore
BOOSTEZ VOTRE RECHERCHE D'EMPLOI

pôle emploi

MON COMPTE ON VOUS GUIDE ! Rechercher un service

Trouvez tous les sites et applis dédiés à l'emploi !

Parcourez les thèmes qui vous intéressent :

- Choisir un métier**
Les bonnes pratiques pour construire son projet professionnel
- Se former**
L'essentiel pour concrétiser son projet de formation
- Préparer sa candidature**
Les outils pour une candidature efficace
- Trouver un emploi**
Les clés pour postuler et réussir ses entretiens
- Créer une entreprise**
Les supports pour créer ou reprendre une entreprise
- International**
L'incontournable pour une recherche d'emploi à l'étranger

Qu'est-ce que l'Emploi Store ?

Quels services pour vous ?

Répondez à des questions pour trouver les services qui vous correspondent.

ON VOUS GUIDE !

Services à la une



Merci de votre attention

oip.defip@uvsq.fr