

Orientation et Insertion Professionnelle (LU3IN0I1)

- Atelier 3 -



Supports de cours et Q/R

<https://moodle-sciences-24.sorbonne-universite.fr/>

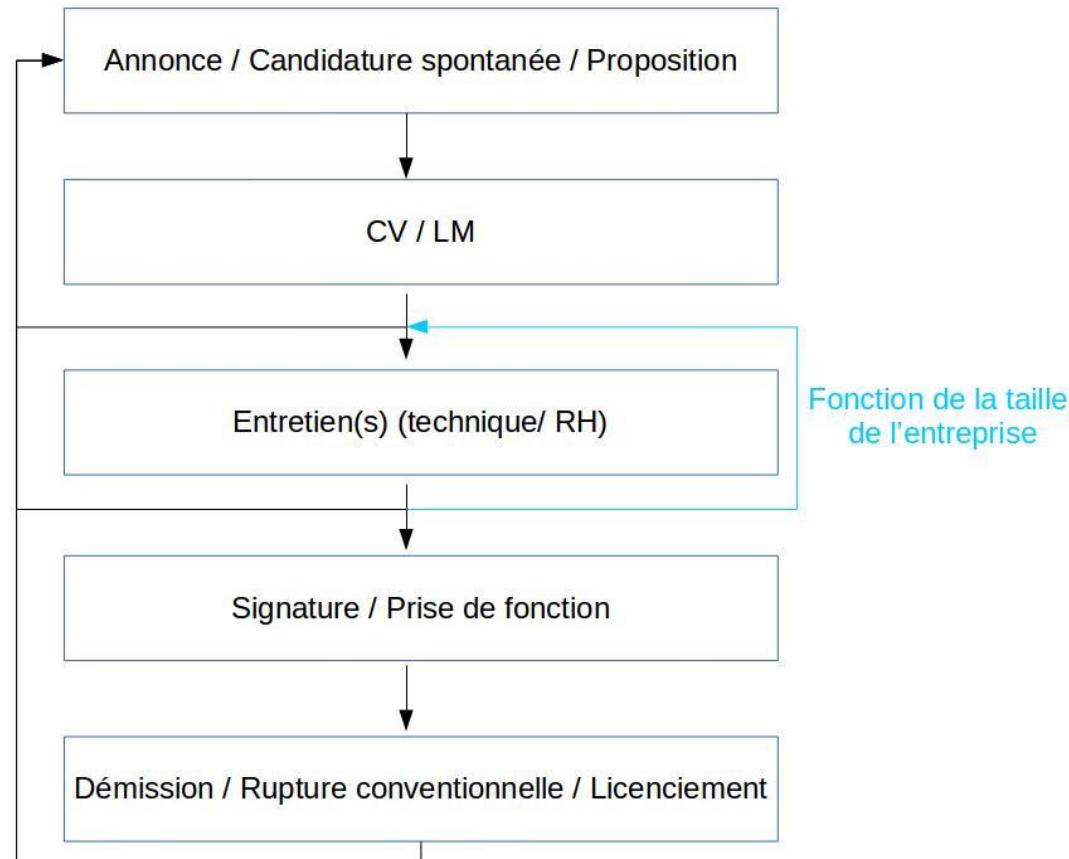
Contenu des ateliers

- Atelier 1 : Présentation programme, panorama des principaux métiers et secteurs, Recherche contact professionnel
- Atelier 2 : Contacter un professionnel / Préparer son bilan personnel
- **Atelier 3 : Rédaction d'un CV / bilan personnel : projet professionnel**
- Atelier 4 : Méthodologie : recherche d'information / visibilité de l'étudiant
- Atelier 5 : Rédaction d'une lettre de motivation
- Atelier 6 : Bilan + Rapport + Bonne présentation écrite et orale
- Atelier 7 : Point d'avancement et questionnaire recrutement
- Séances 8,9 et 10 : Présentations orales

Planning détaillé

- **Atelier 3** : Rédaction d'un CV/ Bilan personnel : projet professionnel
- Point contact entreprises, relance si nécessaire
- Processus de recrutement
- Elaboration d'un CV
 - Avis sur CVs projetés
 - Eléments constitutifs d'un CV
 - Autocorrection
- Bilan personnel : projet professionnel

Cycle



Les grands principes du CV

Le recruteur passe 1 min sur chaque CV
→ Il faut lui faciliter la tache

- Première impression donnée au recruteur
- CV = 1 page (exception faite des CVs Universitaires)
 - Doit inspirer un sentiment de clarté, d'organisation, de rigueur. Et ce avant même d'être lu.
 - Structuré, très lisible, clair et précis
 - **Titre obligatoire** : Et pas "Curriculum Vitae", le recruteur n'est pas un imbécile.
 - Couleur ok, mais doit être lisible en n&b
- Ne jamais mentir

Contenu du CV

- Quelle que soit l'organisation graphique que vous choisissez, on doit retrouver les parties suivantes : Titre, informations personnelles, formation, expériences, compétences
- Les loisirs, c'est un complément : cela permet de montrer que vous avez différents centres d'intérêt tout en offrant un éventuel sujet de discussion au recruteur en cas d'entretien. Mais, ce n'est pas la raison pour laquelle on vous recrute.
→ limiter le nombre de lignes.
- Pas de "Loisir: lecture, voyage, musique". Aucun intérêt. Soyez précis : Musique classique, voyages (Asie principalement) sans pour autant faire un catalogue (liste infinie de pays).

Contenu du CV : Informations personnelles

- Prénom, Nom : Pour les étrangers ou les Pierre MICHEL, mettre le nom en majuscules pour aider le recruteur
- Adresse
- Mail propre (Pas tartampion42@bof.com)
- Numéro de téléphone (attention au message de répondeur)
- Date de naissance + âge entre parenthèses
- Statut matrimonial (célibataire, marié) non obligatoire
- Nationalité(s)
- Permis (le cas échéant)

La photo n'est pas obligatoire mais fortement recommandée :

- On retient mieux une information associée à une image
- Si le recruteur filtre en fonction de l'origine, vous serez de toute façon écarté lors de l'entretien. Autant ne pas perdre de temps et d'argent (transports,..)

Contenu du CV : Formation

- Du plus récent au plus ancien
 - Sauf à effectuer une reconversion, on vous recrute pour votre dernier diplôme ou vos expériences pro récentes
 - Indiquez les années
- S'arrêter au BAC (inclus)
- **Pas de trous**
 - à défaut, prévoir une explication pour l'entretien
- Pas de sigles non explicites
- Ville de vos écoles/université,(+ pays lorsque à l'étranger).
- Quelques mots-clés pour expliciter les spécificités de votre formation

Contenu du CV :Expériences professionnelles

- Petits boulots, stages
- Pas d'autocensure
- Faire ressortir les connaissances et compétences acquises dans ces différentes expériences
- Organisation chronologique possible, mais par nature (scientifique, animation, ouvrier-technicien/ingénieur) ou par niveau (stage ingénieur, expérience technicien, expérience ouvrière) aussi, ou encore présentation mixte par nature et par niveau
- Indiquer l'année et la durée de l'expérience, le poste occupé, le nom du labo ou de l'entreprise, et le détail des missions effectuées (à la fois synthétique et précis)

Contenu du CV : Compétences scientifiques et techniques

- Savoir acquis dans les UEs ou via des projets personnels
- Des mots clés
- Structuration des compétences par domaines
- Langues (validées si possible par diplôme TOEIC/TOEFL, CLES), préciser le niveau (débutant, intermédiaire,...)

Contenu du CV : conseils généraux

- Pas de listes de compétences techniques infinies (langages de programmation,..)
- Pas de fautes de Français
- Mettre en gras les compétences techniques que vous possédez et qui sont demandées dans l'annonce
- Faire ressortir les compétences pertinentes pour le recruteur dans vos différentes expériences pro/stages/projets

Bilan personnel

Projet professionnel

- Etablir un projet professionnel compatible avec soi et ses aspirations (projet idéal)
- Identifier les parcours de formation et les étapes professionnelles à court terme
- Vos valeurs et vos attentes :
 - épanouissement personnel
 - avantages financiers,...
 - stabilité, mobilité géographique
 - attente vis-à-vis de votre vie privée (loisirs, enfants, ...)
 - attentes professionnelles: vos domaines, vos missions, vos tâches

Bilan personnel

Projet professionnel

- L'environnement professionnel
 - type de relation avec les autres: seul ou en équipe, manager, besoin de compétition, ...
 - type d'entreprise: PME ou grand groupe, national ou international, secteur d'activités, secteur géographique
 - cadre de travail: hiérarchique ? indépendance, autonome ou encadré ? des responsabilités ? des déplacements ?
- Vos centres d'intérêts, vos envies, vos ambitions : identifier un domaine de spécialisation qui vous intéresse.

Pour la prochaine séance :

- Continuer l'envoi de mails et d'appels aux entreprises identifiées
- Listez d'autres entreprises/contacts
- Rédigez votre questionnaire
- Mise à jour du CV et Bilan personnel