

1 - Réaliser mon bilan personnel

Me connaître pour me projeter dans l'avenir.

- Ce que j'aimerais faire / mon projet professionnel
(type de structure, fonction, environnement professionnel...)
- Mon profil :
 - mes atouts, points à renforcer ;
 - mon parcours de formation ;
 - mes compétences ;
 - mes aptitudes et dispositions ;
 - mes réalisations ;
 - ma personnalité / mes comportements.

2 - Définir mes objectifs de stage

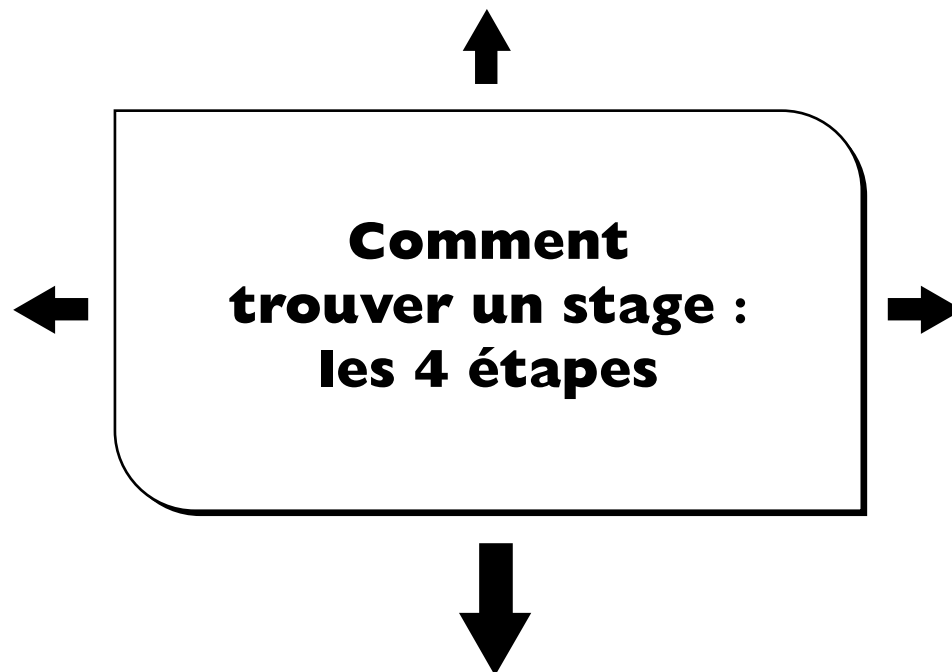
Rapprocher mon projet d'études et mon projet professionnel.

- Mes objectifs personnels – Apprendre à m'insérer dans un environnement professionnel, mon organisation face au travail, ...
- Mes objectifs pédagogiques – Mettre en pratique mes connaissances et savoir-faire acquis à l'université, faire un bilan de mes acquis, acquérir de nouveaux savoirs, ...
- Mes objectifs professionnels – Préciser mon projet professionnel, acquérir une expérience professionnelle pour faciliter mon insertion, confronter mes représentations aux réalités du secteur, de l'entreprise, de la fonction, ...

3 - Connaître le monde professionnel

Pour cibler mes candidatures.

- Les tendances du marché de l'emploi pour les jeunes diplômés ;
- Les secteurs d'activités ;
(produits, services, environnement économique : fournisseurs, clients, concurrents,...)
- Le type de structures ;
- Les emplois, fonctions ;
- Les contraintes professionnelles ;
- Les spécialités et profils recherchés.



4 - Passer à l'action

- Prospecter et cibler les entreprises (les personnes et structures relais) ;
- Optimiser mes supports de communication (CV, lettres) ;
- Organiser ma recherche dans le temps ;
- Suivre mes candidatures (fiches contacts, planning) ;
- Préparer l'analyse de mon stage.

Phase concernée

Questions à se poser

Ce que vous trouverez à la CIOsup

Bilan personnel Mes objectifs de stage



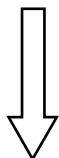
- Quels sont mes objectifs de stage ?
- Quel est mon profil ?
- Que m'apporterait une poursuite d'études ?



Connaître le monde professionnel



- Le marché de l'emploi des jeunes diplômés ;
- Les secteurs d'activités ;
- Le type de structures ;
- Les emplois / fonctions ;
- Les conditions de travail ;
- Les spécialités recherchées ;
- L'actualité professionnelle ;
- Les personnes et structures relais.



Passer à l'action



- Mes supports de communication sont-ils efficaces, ciblés (CV, lettres, internet, le téléphone) ?
- Comment puis-je faire pour cibler et prospecter les entreprises ?
- Comment gérer mes candidatures ?
- Comment me préparer à l'entretien d'embauche ?

Documentation :

- Dossiers CIOsup fonds RECHERCHE D'EMPLOIS ET DE STAGES : "Stages" tiroirs 1 à 4.
- Pilote Jeunes Diplômés (outils et méthode de bilan) de l'APEC ;
- Comment trouver une situation de D. Porot – Gérer son orientation d'Orientation Services – Faire son projet professionnel de C. Ravenne – les brochures de l'ONISEP – L'art du stage en entreprise de M. Vilette – Le Bilan personnel. Outil de votre réussite de S. Michel – F. Le Bras : Les stages : 1ers pas vers l'emploi, etc

Sessions de formation : "Du bilan au CV", "Projet professionnel", "La recherche de stage".

Conseils individualisés :

Conseillers d'Orientation Psychologues et Consultante Insertion Professionnelle.

Documentation :

- Dossiers CIOsup du fonds DE LA FORMATION A LA PROFESSION et dans le fonds RECHERCHE D'EMPLOIS ET DE STAGES dans les tiroirs "Connaître le monde professionnel" ;
- Ouvrages/documents de l'APEC : fiches "Secteurs d'activités", "Fonctions", "Jeunes Diplômés : marché de l'emploi" et la collection "Demain les cadres" : les quelques 30 Métiers de... , Les 1000 contacts utiles...
- Le ROME – le Go des Opportunités de carrière – brochures ONISEP – documents du CIDJ ;
- La presse spécialisée : nos abonnements disponibles en salle (Courrier Cadres, L'Usine Nouvelle, Entreprise & Carrières, Présences) ;
- La PIE, Comment trouver une situation et Tout savoir sur votre nouvelle fonction de D. Porot ; Découvrir l'entreprise d'Orientation Services ;
- Le Kompass – les Répertoires des entreprises de l'Isère de la CCI de Grenoble.

Sessions de formation et séminaires :

"Rencontrer un chef d'entreprise", "Les Mardis de la CIOsup", "La recherche de stage".

L'Agenda de la CIOsup : liste des salons / conférences / émissions de radio et télévision : tableau en salle.

Accès internet : sites d'entreprises et sites spécialisés.

Documentation :

- Dossiers de la CIOsup : les tiroirs 10 à 17 du fonds RECHERCHE D'EMPLOIS ET DE STAGES ;
- Pilote JD et Les 1000 contacts utiles ... de l'APEC ;
- Ouvrages de D. Porot : L'entretien d'embauche : 107 conseils, Go des opportunités de... Guide du job trotter – Votre CV en anglais – Votre CV en allemand – Guide du stage en entreprise du Ministère de l'Enseignement Supérieur – Votre entretien d'embauche en anglais – Jeunes Editions : Trouver un stage en France ou à l'étranger.

Sessions de formation :

"Techniques de recherche d'emploi", "CV et lettres de motivation", "L'entretien", "La recherche de stage", "Candidater via internet".

Tableau d'affichage : offres de stages.