



GUIDE DE L'ALTERNANT

Gagnez en compétences



ECOSUP CAMPUS

Nous sommes une école privée ouverte depuis avril 1992. Retranscrit en fait, cela nous donne une expérience dans le domaine de l'enseignement et de la formation. Depuis 28 ans, nous formons les professionnels de demain avec passion et envie en perfectionnant nos méthodes pédagogiques.

Hier, école hôtelière, aujourd'hui, école pluridisciplinaire, nous nous réinventons chaque jour en nous adaptant au marché de l'emploi pour transmettre les compétences nécessaires à nos étudiants. Notre volonté étant de leur assurer une employabilité et qu'ils puissent s'épanouir dans leur domaine de prédilection.

Depuis 1992, ECOSUP CAMPUS se concentre sur la réussite, **votre réussite**. Depuis toutes ces années, nous avons fait évoluer nos programmes, notre approche, nos process afin de coller au plus près à vos besoins et à ceux des entreprises qui recrutent en faisant un focus sur une valeur incontournable : **la compétence**.

Les meilleures choses qui arrivent dans le monde de l'entreprise ne sont pas le résultat du travail d'un seul homme, c'est le travail de toute une équipe.

Steve JOBS
PDG, APPLE



L'alternance au cœur de nos préoccupations

*Un réseau d'entreprises partenaire
qui nous font confiance*

Que ce soit pour l'apprentissage ou les stages, ECOSUP CAMPUS a constitué un large réseau d'entreprises dans chaque domaine de formation.

L'alternance est une approche innovante de la formation et surtout une valorisation de votre parcours. Si les connaissances sont toujours importantes, elles ne sont plus l'unique valeur qui vous permet d'obtenir votre diplôme. Il faudra avant tout démontrer vos compétences ! Démontrer ce dont vous êtes capables ! Ce en quoi vous êtes devenus professionnels !

Ce pourquoi vous allez rapidement être recruté !

L'apprentissage descendant de cours que l'on apprend par cœur sans en comprendre forcément le contenu est révolu. Nous sommes passés en mode 2.0.

Tout au long de votre parcours de formation, vous allez être formé en mode projet. Qu'il soit en groupe ou en individuel, c'est à travers ces projets que vous allez mettre en application vos savoirs. C'est par cette mise en application que vous allez démontrer vos compétences. C'est par la démonstration de vos compétences que vous serez diplômés, car c'est bien avec ces mêmes compétences que vous serez embauchés.

Stéphanie Kasper

CHARGÉE DE RELATION ENTREPRISE CHEZ
ECOSUP CAMPUS

QU'EST-CE QUE L'ALTERNANCE ?

L'alternance est un mode de formation qui permet de combiner enseignements théoriques et expériences professionnelles au sein d'une entreprise.

A la fois salarié et étudiant, l'apprenti bénéficie d'une formation complète et gratuite qui lui permet de trouver un emploi plus facilement.

QUELLE NOUVELLE VIE EN ALTERNANCE ?

En alternance, c'est une nouvelle vie qui va commencer pour vous. Une vie d'adulte. Dès le premier jour de votre contrat, vous serez salariés d'une entreprise, un salarié en formation, certes, mais un salarié à part entière, avec un certain nombre de droits mais aussi des devoirs. Désormais, tout votre temps se répartira entre votre lieu de travail et votre lieu d'études, suivant un rythme hebdomadaire ou mensuel. Dans votre cas, le rythme est de **3 jours entreprise et 2 jours école**. Et pas question de sécher l'un ou l'autre ! Si vous manquez un jour d'école, cela revient à manquer un jour de travail : les mots d'excuse de vos parents n'y feront rien.

Une formation en alternance impose donc un rythme exigeant qui suppose motivation et maturité.

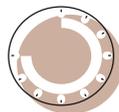
UN CONTRAT
DE TRAVAIL



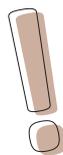
AUTONOMIE FINANCIÈRE

DÉCROCHER
UN CONTRAT

AVANTAGE APPRENTI



35h (ENTREPRISE ET ÉCOLE)



CONGÉS

5 SEMAINES DE CONGÉS PAYES PAR AN

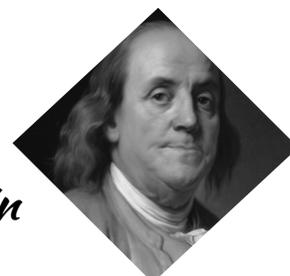


DROITS MÉDICAUX
& SOCIAUX

TU ME DIS, J'OUBLIE. TU M'ENSEIGNES, JE ME SOUVIENS

. TU M'IMPLIQUES, J'APPRENDS

Benjamin Franklin
INVENTEUR



CONTRAT D'APPRENTISSAGE

Le choix d'une formation en apprentissage vous permet de bénéficier simultanément d'une scolarité **gratuite** et d'une **expérience professionnelle rémunérée**.

Cette référence est indiscutablement un accélérateur de carrière et les embauches proposées par les entreprises à l'issue du contrat d'apprentissage tiennent compte de cette expérience.

Le rythme de présence est de **deux jours en cours** par semaine et le reste en entreprise selon le planning.

La rémunération en contrat d'apprentissage ?

Les apprentis sont quasiment exonérés de charges sociales et donc leur salaire net équivaut au salaire brut, ce qui n'est pas le cas pour le contrat de professionnalisation pour lequel il faut compter environ 20% de différence entre brut et net...

Salaire apprenti, à partir du SMIC mensuel au 1^{er} janvier 2023

Ancienneté dans le contrat	Moins de 18 ans	18-20 ans révolus	21-25 ans révolus	26-29 ans révolus
1 ^{re} année	27% 461,51 €	43% 734,99 €	53% 905,92 €	100% 1709,28 €
2 ^e année	39% 666,62 €	51% 871,73 €	61% 1042,66 €	
3 ^e année	55% 940,10 €	67% 1145,22 €	78% 1333,24 €	
BASE	Du SMIC	Du SMIC	Du SMIC	Du SMIC

Quelles aides pour un apprenti de la région Hauts de France ?

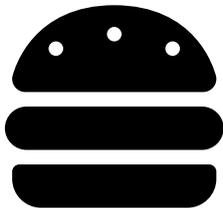
CARTE GÉNÉRATION

Pour les primo entrants en contrat d'apprentissage, la région verse une allocation de 200€ pour l'achat ou la location de manuels scolaires et d'équipement professionnel via la carte Génération #HDF.

Vous pouvez également avoir accès à l'ensemble des jeux concours dans le cadre des bons plans : places gratuites dans le domaine du spectacle, de la culture, du cinéma, de la citoyenneté, du tourisme et des loisirs. Se connecter sur le Site Génération #HDF pour formuler la demande.



Attention validation obligatoire de l'école !



AIDE FORFAITAIRE A LA RESTAURATION

100 € /an

pour connaître votre éligibilité aller sur le site web www.mesaidessapprenti.fr



AIDE RÉGIONALE AU TRANSPORT DES APPRENTIS

entre 100 € et 200 € /an

pour connaître votre éligibilité aller sur le site web www.mesaidessapprenti.fr



AIDE AU TRANSPORT AUX PARTICULIERS

15 € /mois

pour connaître votre éligibilité aller sur le site web www.mesaidessapprenti.fr

FOND DE SOLIDARITÉ DES APPRENTIS (FSA)

Pour répondre à des besoins exceptionnels des apprentis en difficultés financières, une aide ponctuelle (de 300 à 800€) peut être accordée pour :

- Se loger
- Se soigner
- Se nourrir
- Se déplacer
- S'équiper

Justificatif à apporter - Demande à effectuer par votre établissement auprès des services régionaux.

AIDE MOBILI JEUNE

Subvention versée par Action Logement pour aider les jeunes à payer leur loyer (versement possible pendant 3 ans).

Son montant varie de 10 à 100€ par mois en fonction du montant du loyer. Compatible avec APL ou ALS et concerne tout type de logements.

COMMENT TOUCHER L'AIDE ?

- Test d'éligibilité (demande à faire au plus tard 6 mois après le début de la formation).
- L'apprenti peut bénéficier du dispositif VISALE sous certaines conditions, qui permet d'avoir un garant fiable et sérieux.

PERMIS DE CONDUIRE

Aide au financement du permis de conduire de 500€ attribuée par France Compétences si l'apprenti est :

- âgé d'au moins de 18 ans
- titulaire d'un Contrat d'Apprentissage en cours d'exécution
- engagé dans un parcours d'obtention du permis B

L'aide est à demander auprès de votre établissement. Se rapprocher d'ECOSUP CAMPUS pour toute demande d'information.



Sandrine COUDRON

ASSISTANTE DE DIRECTION
CHEZ ECOSUP CAMPUS

Connaître son projet professionnel

Un projet professionnel doit tenir compte à la fois de ce que vous savez faire, de vos aspirations, de la réalité du marché, du secteur d'activité que vous visez.

Il sera difficile de convaincre un employeur sur votre projet, si vous-même ne l'êtes pas!

FAITES UN BILAN !

Que savez-vous faire et quelles sont vos valeurs ajoutées ?

Quelles sont les compétences développées à travers vos diverses expériences ?

Quelles sont les missions que vous avez préférées mener ?

D'après vos loisirs, quelles sont les caractéristiques exploitables que vous pouvez assimiler à votre futur métier ?

Listez vos différentes expériences professionnelles et les missions qui y sont assimilées.

ÉTABLISSEZ UN PROJET CONCRET !

Que voulez-vous faire?

L'alternance peut déboucher sur un CDI ! Ne partez pas du principe que vous prenez la première entreprise venue. Prenez un temps pour vous poser les bonnes questions :

Sur quel poste vous projetez-vous ?

Quelles sont les missions que vous souhaiteriez exercer ?

Le poste visé doit être en adéquation avec vos envies, certes, mais surtout à votre portée. Ne pas confondre ambition et faisabilité ! Mon projet est-il en phase avec mes compétences ?

Listez vos différentes expériences professionnelles et les missions occupées lors de cette prise de poste.

CIBLEZ UN SECTEUR !

Dans quel environnement souhaitez-vous évoluer ?

Où souhaitez-vous évoluer? Dans une start-up, une PME, TPE, dans un grand groupe...

Dans quel secteur ?

Posez-vous les bonnes questions et listez les secteurs qui vous suscitent de l'intérêt pour vous.

DEVELOPPEZ VOS COMPETENCES PROFESIONNELLES

Les entreprises d'aujourd'hui sont à la recherche de jeunes immédiatement opérationnels ! C'est une réalité du marché !

N'oubliez pas que vous n'êtes pas seul à chercher une alternance, la concurrence est parfois rude. De ce fait, il faut vous démarquer des autres profils.

Une alternance est avantageuse pour l'étudiant mais également pour l'entreprise.

L'une des plus grandes erreurs est de ne pas avoir conscience de cette réciprocité !

Ne vous contentez pas de présenter l'opportunité qu'une alternance représenterait pour vous. Expliquez en quoi votre embauche constitue une **plus-value pour l'entreprise**.

Soyez force de propositions !

Projetez l'entreprise sur vos apports !

Cultivez votre motivation et vos compétences !



Rédiger son CV

LA PRÉPARATION PRIME L'ACTION

Guy Zimmerlich
MANAGER

WHERE ?



Site pour créer un CV en ligne et le partager sur les réseaux sociaux



Site pour créer un CV en ligne aux diverses mises en page, d'originales à graphiques ou encore classiques.



Site pour créer divers designs en ligne dont des CV aux multiples mises en forme originales.

WHY ?

Le CV est le premier document consulté par votre recruteur. Il doit être soigné, synthétique et donner la meilleure impression : **attractivité**.

Le CV est l'élément déclencheur de la prise de contact. Il est le meilleur moyen de s'exprimer (compétences, points forts ...). Il sert de support pour vous et pour le recruteur (trame). Il est important de le personnaliser !



Ne reproduisez pas à l'identique un CV original trouvé sur internet. Préférez un CV qui vous ressemble et qui est sincère.



Une seule page suffit : inutile de faire étalage de divers jobs effectués quand vous étiez étudiant, ou ceux sans rapport avec le poste convoité.



Ne vous inventez pas de diplômes ou d'expériences, les recruteurs ne sont pas dupes et ne manqueront pas de vérifier vos dires sur internet et les réseaux sociaux.



Personnaliser chaque CV en fonction de l'entreprise. L'intitulé du poste à pourvoir doit apparaître en tête du CV.

WHAT ?

La photo est préconisée même si elle n'est pas obligatoire (fond blanc, tenue, sourire ...)

NOM /Prénom

âge (date de naissance)

Adresse

Ville / Code postal

Téléphone

Mail

LINKEDIN

Indiquer si vous possédez le permis de conduire et un véhicule.

Compétences

Un encadré doit reprendre les softs skills (savoir-être) et les hards skills (savoir-faire), qui peuvent même être évalués avec des étoiles selon le degré acquis.

Langues

Indiquez les langues pratiquées et votre niveau

Exemple : anglais / niveau B2

Loisirs

Indiquez vos passions !

Exemple : mettre en avant, tout loisir qui serait une plus value à vos compétences.

Affichez le poste recherché

Exemple : adjoint manager en alternance avec ECOSUP CAMPUS + rythme de l'alternance + la durée

Initiative appréciée des recruteurs : mettre une accroche en haut du CV. Elle reprend des éléments spécialement recherchés pour le poste : l'expérience, une compétence ou un diplôme...

Expériences professionnelles

Dans la «partie expériences professionnelles», vous détaillerez les tâches effectuées/ les missions menées et non pas les compétences techniques acquises. On peut même chiffrer les résultats obtenus pour être plus percutant.

Exemple: **PIMKIE**, Lille - Vendeuse en boutique

26 août 2013 au 24 août 2021

CDI - Responsable adjointe

Relation client

Gestion des stocks

Management d'équipe ...

Formations

Dans l'encadré diplômes : donnez l'intitulé exact du diplôme, le nom de l'école où vous l'avez obtenu et l'année d'obtention.

Exemple : ECOSUP CAMPUS, Tourcoing - Mastère manager d'affaire en alternance

Septembre 2021 à 2023



Pour les personnes qui ont peu d'expérience et pour éviter l'impression du vide sur le CV, opter pour un CV plus visuel que classique. On peut y ajouter des tableaux, infographies, pictogrammes ou des blocs de couleur.



Pas de surcharge d'information, le CV se veut épuré !

Rédiger une lettre de motivation

La lettre de motivation doit être concise et efficace, on ne tourne pas autour du pot. Chaque lettre doit être adaptée au poste visé : un commercial dans la branche de l'automobile n'est pas la même chose qu'un commercial en pharmaceutique. La lettre doit correspondre aux attentes du recruteur (se servir de l'annonce).



Ne pas réciter son CV : la lettre doit être une valeur ajoutée



Facteurs clés de succès

- Parler de votre intérêt pour l'entreprise.
- Pourquoi avoir choisi l'alternance.
- Solliciter l'entreprise pour un RDV physique afin de présenter clairement les objectifs de votre formation et de votre projet.
- Attirer l'attention du recruteur en mettant en avant vos atouts pour convaincre.
- Se renseigner soigneusement sur l'entreprise pour personnaliser votre lettre.
- Rechercher sur Internet d'anciennes offres d'emploi ou celles actuellement proposées dans une autre région. Cela permet de cerner les profils recherchés. Réutilisez dans votre candidature les mots-clés et les informations sur l'entreprise.
- Prévoir une lettre de motivation pour chaque entreprise démarchée.
- Ne pas hésiter à réutiliser le vocabulaire de l'annonce à laquelle vous répondez.

Nathalie DEVESELEER

CHARGÉE DES RELATIONS EXTÉRIEURES
CHEZ ECOSUP CAMPUS



Attention aux fautes d'orthographe,
à la ponctuation,



WHAT ?

Prénom / NOM

Age, né le (date)

✉ Adresse

Code postal/ Ville

☎ Téléphone

Adresse mail

A l'attention du recruteur

Adresse de l'entreprise

Code postal / Ville

Ville, le *date* (en toutes lettres)

Objet: candidature de service spontanée (*précisez en fonction de l'annonce*) pour un poste.

Madame, Monsieur,

Résumez dans ce premier paragraphe votre **situation actuelle** :

Actuellement en _____ (diplôme préparé), je souhaiterais me spécialiser dans le domaine _____ (diplôme préparé). Dans cette optique, je souhaite poursuivre mes études en alternance dans le cadre d'un _____ (diplôme préparé).

Ce paragraphe est consacré à l'entreprise **«vous»**, pour montrer que vous savez à qui vous vous adressez. L'idée n'est pas de rappeler l'historique de la société pour laquelle vous postulez mais d'évoquer un ou deux éléments précis qui ont retenus votre attention car ils correspondent à votre domaine de compétences.

Cette partie est dédiée au **«je»**, sert à expliquer en quoi vous êtes concerné. C'est là qu'il faut sortir un ou deux éléments du CV et les développer.

Le recruteur doit apprendre quelque chose de nouveau, être piqué au vif. À vous d'éveiller sa curiosité. Soulignez les détails qui font de vous un candidat unique et intéressant.

Cette dernière partie est celle qui doit permettre de lier le paragraphe «vous» et «je» en **«nous»**. Un exercice au cours duquel vous devez montrer ce que vous pouvez apporter à l'entreprise. Avez-vous déjà des idées pour faire évoluer le poste ? Comment envisagez-vous les premières missions qui vous seront confiées ? Un travail de persuasion autant que de projection.

Formule de politesse

Signature

La force du réseau

LA PREMIERE ETAPE CONSISTE A SE CONVAINCRE
QUE QUELQUE CHOSE EST POSSIBLE, ALORS IL Y
AURA PLUS DE PROBABILITÉS QUE CELA ARRIVE

Elon MUSK

ENTREPRENEUR



Développer votre réseau

LinkedIn : réseau social professionnel incontournable. Il permet d'accroître et de maintenir votre visibilité. Si une entreprise vous plaît, ajoutez la DRH (ou directeur associé) à votre réseau et voyez si elle est à la recherche d'un profil correspondant au vôtre : GAIN DE TEMPS .

Faites attention au pseudo que vous utilisez : il doit être pertinent et professionnel. Vous devez avoir un profil clean : éviter toute photo compromettante. Vous pouvez vous créer un autre compte à usage professionnel !

Mobilisez votre réseau (amis, famille, collègues ...) en leur faisant partager votre candidature. Mobilisez les entreprises où vous avez fait des stages.

Exemple : Facebook, Twitter, Instagram ...

L'intérêt

- Avoir un réseau professionnel et accéder au réseau professionnel de vos relations.
- Accéder à des publications d'événements susceptibles de vous intéresser.
- Prendre connaissance des offres d'emplois.
- Partager des éléments qui impactent votre vie professionnelle.



Soyez actif !

Où répondre à une offre d'emploi ?



Le site des annonces par référence ! **Indeed** vous permet de postuler à des offres d'emploi proposées par les entreprises en recherche.

Facile d'utilisation, les fiches de poste sont affichées, ce qui vous permet de prévoir des candidatures facilement.

Welcome to jungle est un site de recrutement et est également un média en ligne autour du travail et de l'emploi.



Les entreprises développent de plus en plus des **sites careers** qui regroupent toutes leurs offres d'emplois. C'est un onglet souvent disponible sur le site officiel du groupe, vous trouverez un panel de postes recherchés par l'entreprise à travers leurs différents points de vente.

Ecosup Campus est en partenariat avec pôle emploi, ensemble nous proposons des webinaires méthodologiques «recherche d'entreprise». De plus, le pôle emploi vous propose des contacts d'entreprise en recherche.

Pour vos candidatures spontanées, dirigez-vous vers la bonne alternance qui regroupe des adresses d'entreprises qui ont déjà recruté un alternant.



Ne vous contentez pas d'un site seul site d'annonce !

OUTIL DE PROSPECTION

Une organisation qui paie !

Rechercher une alternance est une mission qui demande du temps et de l'organisation. Après avoir répondu à un certain nombre de recruteurs, il devient difficile de se souvenir de toutes les candidatures !

LE TABLEAU DE DÉMARCHAGE

Pensez commercial !

Tout comme un commercial, vous allez entretenir un fichier de prospect qui correspond aux entreprises auprès desquelles vous avez candidaté. L'objectif est de pouvoir relancer ses candidatures efficacement ! Aussi, il est toujours mieux d'avoir une trace écrite, vous aurez moins de risques d'être pris de court en cas d'appel d'un recruteur «c'est quelle entreprise !?».

Offre // entreprise	Date de candidature	Nom // prénom du contact	Email	Téléphone	Date de relance
------------------------	------------------------	--------------------------------	-------	-----------	--------------------

LA RAISON D'ÊTRE D'UNE ORGANISATION EST DE PERMETTRE A
DES GENS ORDINAIRES DE FAIRE DES CHOSES EXTRAORDINAIRES



Peter DRUCKER
ECRIVAIN



Candidature spontanée

Pour maximiser ses chances de trouver un emploi, il ne faut pas hésiter à envoyer des candidatures spontanées aux employeurs. Particularité de la candidature spontanée : le recruteur potentiel n'a, à priori, pas de besoins spécifiques.

CIBLER LE BON INTERLOCUTEUR

- Soit en téléphonant à l'entreprise visée.
- Soit sur le site de l'entreprise dans les onglets « nous rejoindre » ou « contact ».
- Soit via les réseaux sociaux professionnels (LinkedIn).



La bonne alternance



Dirigez-vous sur la page des entreprises visées: un onglet candidature spontanée vous sera proposé.

Répondre à une annonce

Postulez quotidiennement !

Rechercher une entreprise, c'est un rythme à prendre mais c'est également une source de motivation.

Etre réactif est la clé de la réussite, plus l'information est traitée à temps, plus les chances sont grandes.

X3 candidatures par jour !



L'entretien d'embauche



POUR REUSSIR, RETENEZ BIEN CES TROIS MAXIMES: VOIR C'EST SAVOIR, VOULOIR C'EST POUVOIR, OSER C'EST AVOIR.



Alfred de Musset
ECRIVAIN



DO !



- Soyez courtois et souriant avec toutes les personnes que vous rencontrez (y compris la personne à l'accueil).
- Tenue et coiffure soignée.
- Ponctualité (prévoyez 10 minutes avant l'heure de RDV).
- Éteignez votre téléphone, feuilletez la plaquette de l'entreprise laissée sur la table d'accueil.
- Ayez la copie de votre dossier cv + lettre de motivation.

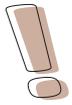


- Quand le recruteur arrive, attendez qu'il vous tende la main et qu'il vous adresse la parole pour le saluer.
- Attendez que le recruteur vous propose de vous asseoir avant de vous précipiter sur un siège. Mettez vous à l'aise sans pour autant vous affaler, et tenez vous droit.
- Ne croisez pas vos bras, ayez une attitude d'ouverture.



- Adoptez un ton fluide, ne parlez pas trop vite, prenez quelques notes.
- Évitez de gesticuler sur votre chaise.
- A la fin de l'entretien, après avoir remercié le recruteur, n'hésitez pas à lui demander à quel moment vous pouvez reprendre contact, puis saluez-le avec le sourire.

Lors d'un entretien collectif, prenez soin de balayer l'auditoire du regard. Restez aimable et courtois.



DON'T !

- Croisez les bras : vous êtes en écoute passive, replié sur vous même et donc fermé au dialogue.
- Vous ne cessez de jouer avec votre stylo, vous le mordillez. Vous êtes nerveux. Vous caressez vos cheveux. Cela signifie que vous avez besoin de vous rassurer, de vous détendre!
- Vous vous asseyez les jambes écartées ou vous allongez les jambes. Vous manquez de savoir-être et prenez un peu trop vos aises. Évitez ce comportement arrogant. Vous êtes en état de pseudo léthargie et pas vraiment enchanté de passer l'entretien.
- Tenez-vous droit, bien installé dans votre chaise. Les 2 mains sur la table.
- Vous occupez un peu trop d'espace. Vous devez respecter le territoire du recruteur.
- Vous froncer les sourcils à répétition. Cela a une connotation négative et peut suggérer que vous êtes en désaccord avec votre interlocuteur.
- Vous croisez les jambes. C'est un geste de protection ou de résistance. Si vous êtes un homme, croisez la jambe gauche sur la droite, montrez que vous maîtrisez la situation. Pour les femmes droitières, lorsque la jambe droite recouvre la jambe gauche, cela montre une certaine opposition ou un stress.
- Vous vous frottez l'oreille. Vous n'écoutez pas votre interlocuteur. Vous êtes dans l'indécision.



Stéphanie LOURME
RESPONSABLE ADMINISTRATIVE
CHEZ ECOSUP CAMPUS

L'entretien d'embauche

BEFORE

S'y préparer sans «trop en faire»

- Collecter un maximum d'informations sur le poste à pourvoir, les missions, le contact ...PREUVE DE SÉRIEUX.
Connaître les noms des dirigeants, la date de création, le chiffre d'affaires, le secteur d'activité.
- Rechercher votre interlocuteur sur les réseaux sociaux.
Exemple : Linkedin, cela permet de reconnaître la personne quand on arrive l'entretien et peut-être que vous avez un hobby commun.
- Travailler sa présentation : s'exercer à la maison, seul devant un miroir ou avec une personne de confiance. Chacun devient tour à tour l'examineur et le candidat. Cette méthode permet de reprendre une explication à haute voix, de corriger, d'avoir une notion de durée et d'acquiescer de l'assurance.
- Anticiper les questions incontournables lors de l'entretien comme «parlez-moi de vous?» ou encore «Pourquoi avez-vous postulé à ce poste ?». Préparer vos réponses évitera de vous perdre dans un monologue confus et non structuré.
- Votre **valeur ajoutée** : vous avez un passé, un savoir, des connaissances et surtout des compétences. Vous allez continuer à développer vos compétences par le biais des cours que vous aurez à Ecosup Campus, et surtout vous allez pouvoir les mettre en avant lors de vos recherches et de vos entretiens.

AFTER

Maintenir le contact

Envoyez un e-mail au maximum dans les 48 heures qui suivent l'entretien en remerciant pour l'accueil et en reformulant succinctement votre intérêt pour le poste.

- Si vous n'avez pas de réponse, attendez au moins une ou deux semaines avant de relancer. Montrez-vous intéressé mais pas insistant.
- Poursuivez vos recherches tant que vous n'avez pas décroché l'emploi de vos rêves!
- Notez toutes les questions posées par le recruteur et les réponses que vous avez données (ou pas!). Cela vous aidera à vous améliorer la prochaine fois.

DURING

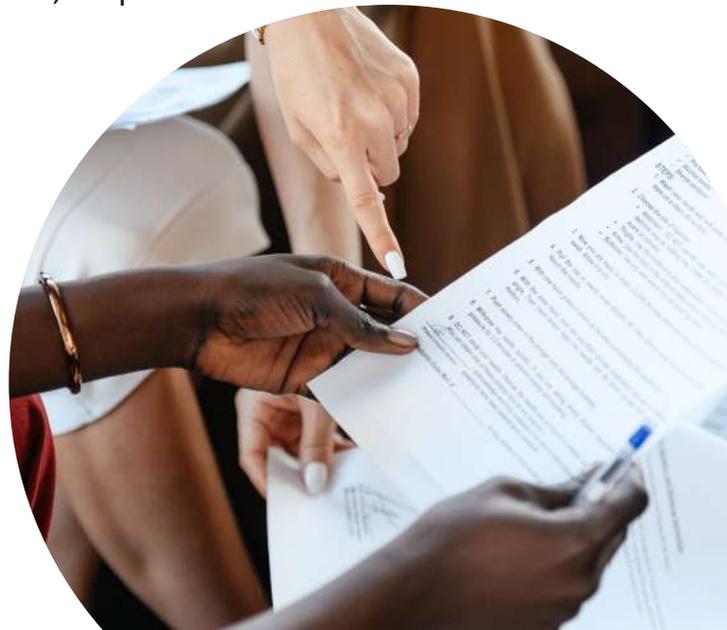
ETRE PROACTIF

- 1** Gérer son stress. Une bonne nuit de repos, un bon petit déjeuner, quelques exercices de respiration et partez en avance...
- 2** Etre proactif : répondre aux questions du recruteur mais n'hésitez pas à poser également des questions : **preuve de dynamisme et de motivation** (rémunération, horaires, perspectives d'évolution...)
- 3** Avoir un discours fluide, s'exprimer avec sincérité. Etre vivant, naturel, souriant et enthousiaste. Avoir une tenue sobre : mieux vaut porter des vêtements dans lesquels on se sent à l'aise. Efforcez vous d'adopter le dress code de l'entreprise.
- 4** Ne critiquez pas votre ancien employeur mais précisez plutôt si c'était une mauvaise expérience. Le recruteur peut appeler votre ancien employeur : contrôle de référence.

Convaincre par le pitch : se présenter en quelques minutes et mettre en valeur sa candidature face à un recruteur. Permet de surprendre votre interlocuteur. Le but est de pouvoir répondre à différentes QUESTIONS (PRÉSENTEZ-VOUS, POURQUOI VOUS, QUELLES SONT VOS MOTIVATIONS).

Comment y parvenir : être naturel; parler distinctement; varier les intonations; le rythme; regarder votre interlocuteur dans les yeux; ne pas hésiter à se mettre en avant tout en restant humble.

Gain : vous captez l'attention de votre interlocuteur, vous préparez le terrain et «menez» l'entretien, vous montrez votre motivation et vous démarquez des autres candidats.



Apprendre à choisir des mots «moteurs» pour son discours

Mettre un dynamisme dans le choix de votre vocabulaire.

Prenez conscience de l'impact du choix d'un mot ou d'un autre : c'est la richesse du vocabulaire de la langue française qu'il vous appartient de savoir exploiter à votre avantage

VERBES

- agir
- anticiper
- déléguer
- développer
- donner du sens
- gagner
- gérer
- mobiliser
- négocier
- optimiser
- organiser
- planifier
- positiver
- prendre en charge
- prévoir
- réaliser
- rentabiliser
- réussir
- s'adapter
- s'identifier
- vendre

QUALITÉS

- autonomie
- disponibilité
- dynamisme
- écoute
- motivation
- opérationnel
- pragmatisme
- force de proposition
- réactivité
- rigueur
- Savoir-être
- Savoir- faire
- service
- sociabilité
- ténacité

EXPRESSIONS

- culture d'entreprise
- esprit d'équipe
- management d'équipe
- homme/femme de terrain
- projet d'entreprises
- projet professionnel
- réduction des coûts
- sens de l'écoute
- transfert de compétences
- valeurs ajoutées
- valeurs personnelles
- vision globale

Ne préjugez pas de la qualité de ce que vous faites. Laissez le soin de juger à l'autre qu'un résultat est en fait un échec et que votre parcours est atypique ou bien le fruit du hasard.

AUTRES MOTS

- budget
- challenge
- croissance
- défi
- dialogue
- efficace
- finalité
- flexibilité
- innovation
- management
- mobilité
- objectifs
- partenaire
- performance
- potentiel
- prévision
- productivité
- progression
- proposition
- rationalisation
- relationnel
- réseau
- ressources
- résultats
- stratégie
- synergie

Quelques mots freins à remplacer par des mots moteurs :

« Pourquoi » -> « **quel but** »

« Problème » -> « **challenge** »

« Mais » -> « **et** »

Exemple avec mots freins :

«Je suis très intéressé par ce poste, mais je n'ai pas d'expérience.»

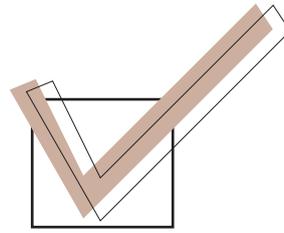
-> **Reformulation:**

«Je suis très motivé par ce challenge et je suis prêt à m'investir dans la connaissance du secteur.»

Les questions bateau auxquelles vous devez savoir répondre «spontanément»

- Pouvez-vous vous présenter ?
- Que savez-vous de nous ?
- Pourquoi souhaitez-vous quitter votre poste actuel ?
- Qu'est ce qui a suscité votre intérêt dans cette offre d'emploi ?
- Quels résultats avez-vous obtenu dans vos précédentes expériences ?
- Citer 3 qualités et 3 défauts ?
- Quelle est la critique la plus constructive qu'on a été amené à vous faire ?
- Quels sont vos axes d'amélioration ?
- Qu'aimeriez -vous faire une fois en poste ?
- Quels sont vos moteurs professionnels ?
- Où vous voyez-vous dans cinq ans ?
- Quels sont vos hobbies ?

TO DO LIST



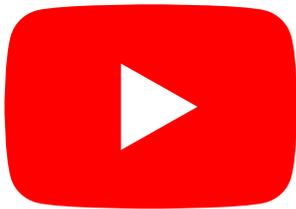
- Faites un bilan professionnel : «qu'est-ce que je sais faire ?»
- En parler autour de vous : «je recherche une alternance dans tel domaine»
- Développer votre réseau sur linkedin
- Participation aux coachings d'ECOSUP CAMPUS
- Rédiger votre CV ainsi qu'une lettre de motivation modulable
- Postuler quotidiennement aux annonces internet
- Faire une présélection des entreprises qui vous intéressent davantage pour la phase deux.
- Faites des candidatures spontanées
- Relancer vos candidatures
- Se rendre aux entretiens



SOYEZ CURIEUX !

TOUT L'ART D'ENSEIGNER SE RESUME A EVEILLER LA CURIOSITE
NATURELLE DES JEUNES ESPRITS POUR LA SATISFAIRE ENSUITE

Anatole France
ECRIVAIN



Youtube est l'une des plateformes les plus utilisées par la génération Z. Mettez à profit la diversité du contenu pour regarder des vidéos en lien avec de l'entrepreneuriat ou sur un thème bien précis !
Rester à la page !

Le podcast de Pauline Laigneau est disponible sur Spotify ou Deezer et étendu à présent sur YouTube, vous propose de découvrir des personnalités ambitieuses aux parcours incroyables. Les conseils prodigués par les invités sont pertinents et utiles, les thèmes traitent d'actualité !



arte

Les reportages Arte ont le mérite d'être très diversifiés et traitent d'un très grand nombre de sujets. Si vous souhaitez devenir diététicien(ne) par exemple, intéressez-vous au comportement alimentaire des Français au travers d'un reportage. Ayez conscience du marché !

Vivant dans l'ombre de la vidéo, la lecture et la presse sont des moyens pour se tenir informé et gagner en crédibilité ! A votre niveau d'étude on s'attend à ce que vous possédiez un minimum de références littéraires dans votre secteur.



Garder à l'esprit qu'un recruteur cherche une personnalité avec des connaissances. Savoir argumenter sur une actualité est pertinent et parfois plus parlant que réciter son CV comme 100 candidats avant vous. Soyez intéressant !

ECOSUP



CAMPUS

17 Rue des Ursulines
59200 TOURCOING

NOUS CONTACTER

Tél : 03.20.70.06.06

Mail : contact@ecosup-campus.fr



Etablissement privé d'enseignement supérieur