

# UN STAGE à tout âge

Collégien

Lycéen en voie générale et technologique

Lycéen en voie professionnelle

Etudiant

Salarié

Demandeur d'emploi



Venez faire le plein d'infos !  
INFORMATION  
JEUNESSE

Les éditions  
du CRIJ Centre



# Stage à tout âge



## Sommaire

<b>Editorial</b>	3
<b>ETAPE 1: SE REPERER DANS L'UNIVERS DU STAGE</b>	<b>4</b>
Le stage : essai de définition	4
Le stage : quelle utilité ?	4
Un tableau pour se repérer : quels stages, pour qui, dans quel cadre ?	5
Stages obligatoires : objectifs et caractéristiques	6
Stages facultatifs : objectifs et caractéristiques	8
<b>ETAPE 2: CONNAITRE LES DROITS ET DEVOIRS DU STAGIAIRE</b>	<b>10</b>
La convention de stage : toujours obligatoire	10
La gratification	11
Les conditions de déroulement du stage	12
Le statut du stagiaire	13
<b>ETAPE 3: PREPARER SA RECHERCHE DE STAGE</b>	<b>14</b>
Règle n° 1 : anticiper !	14
Règle n° 2 : déterminer son propre projet de stage	14
Règle n° 3 : savoir repérer les opportunités de stage	15
Règle n° 4 : être sélectif... mais réactif !	17
Et les règles à connaître pour un stage à l'étranger ?	18
<b>ETAPE 4: PREPARER SES OUTILS ET... SE LANCER !</b>	<b>18</b>
La lettre de motivation	19
Le CV (curriculum vitae)	22
Le descriptif des objectifs de stage	24
La diffusion de votre demande de stage	24
La préparation à l'entretien	25
Le suivi des candidatures	27
<b>BESOIN D'AIDE ?</b>	<b>28</b>
Contacts	28
Sites Internet ressources	31

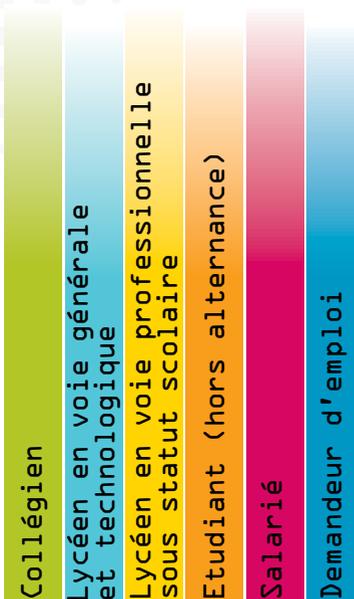
## Editorial

stage à tout âge

Vous êtes... collégien ? lycéen ? étudiant ?  
salarié ? demandeur d'emploi ?  
Alors vous serez sans doute amené à effectuer un stage,  
à votre propre initiative ou par obligation.

Mais que peut vous apporter un stage concrètement ?  
Quelle forme peut-il prendre ?  
Comment faire pour trouver un organisme d'accueil ?  
Quels seront vos droits et devoirs durant votre période de stage ?  
Qui peut vous aider dans vos démarches ?  
Où trouver les bonnes infos sur Internet ?...

Les questions sont multiples et vous avez du mal à trouver  
les réponses ? Ne cherchez plus : l'essentiel se trouve  
dans ce guide !



On peut effectuer un stage à tout âge,  
mais parce que les conditions ne sont pas  
forcément identiques pour tous,  
repérez les infos qui vous concernent  
plus particulièrement, à partir de la couleur  
correspondant à votre situation personnelle !

Public concerné,  
suivre la légende  
des couleurs

# ETAPE 1

## SE REPERER DANS L'UNIVERS DU STAGE

### Le stage : essai de définition

- ▶ Le stage correspond à une période temporaire de mise en situation en milieu professionnel au cours de laquelle le stagiaire découvre un milieu professionnel, met en œuvre les acquis de sa formation, acquiert des compétences professionnelles en vue notamment de l'obtention d'un diplôme ou d'une certification, etc.
- ▶ Le stage peut être effectué dans le cadre d'une formation initiale (collégiens, lycéens, étudiants), d'une formation continue (salariés, demandeurs d'emploi), d'un accompagnement à l'emploi, etc.
- ▶ Le stagiaire se voit confier une ou des missions conformes au projet pédagogique défini par son établissement d'enseignement (ou organisme de formation ou organisme d'accompagnement à la recherche d'emploi) et approuvées par l'organisme d'accueil.
- ▶ Le stage peut avoir lieu dans le secteur privé (entreprise, association) ou dans le secteur public (administration, établissement public, entreprise publique)<sup>1</sup>.
- ▶ Le stage ne peut pas avoir pour objet l'exécution d'une tâche régulière correspondant à un poste de travail<sup>2</sup>.

**Les stages sont nombreux et divers en termes de durée, de conditions et d'objectifs. Toutes les possibilités de stage ne sont donc pas abordées dans notre guide, et pour les stages cités, toutes les spécificités, exceptions et dérogations ne sont pas listées.**

On utilise fréquemment le terme de « stage » ou « stagiaire », pour des situations qui ne correspondent pas à la définition ci-dessus et qui ne seront donc pas traitées dans ce guide :

- les apprentis et les personnes en contrat de professionnalisation : ils ne sont pas « stagiaires » mais salariés de l'organisme d'accueil dans lequel ils effectuent leur alternance (apprentissage ou professionnalisation),
- les « stagiaires de la formation professionnelle continue » : on considérera dans ce guide que ces personnes (salariés ou demandeurs d'emploi) sont en « stage » (au sens strict du terme) uniquement durant les périodes qu'elles effectuent en organisme d'accueil au cours de leur formation.

### Le stage : quelle utilité ?

Suivant votre situation (élève, étudiant, salarié, demandeur d'emploi), un stage pourra vous permettre de :

#### • Découvrir le monde du travail, un métier

Un stage est l'occasion de s'immerger dans la vie active et dans la réalité d'un métier ou d'un secteur d'activité. Il vous fera découvrir le fonctionnement d'un organisme ainsi que ses « codes de conduite », c'est-à-dire les règles non écrites qui se pratiquent, telles que le comportement, la tenue vestimentaire, les rapports entre les personnes, etc.

#### • Préparer votre orientation, approfondir votre projet professionnel

Le stage permet d'affiner et de construire un projet ainsi que de se faire une idée plus juste de ce en quoi consiste un métier. Il peut aboutir à confirmer votre choix de métier, vous apporter de nouvelles idées ou au contraire, vous conduire à changer d'avis.

1. Pour couvrir toutes ces situations, on parlera dans ce guide d'« organisme d'accueil » ou simplement d'« organisme ».

2. L'article L124-7 du code de l'éducation précise « Aucune convention de stage ne peut être conclue pour exécuter une tâche régulière correspondant à un poste de travail permanent, pour faire face à un accroissement temporaire de l'activité de l'organisme d'accueil, pour occuper un emploi saisonnier ou pour remplacer un salarié ou un agent en cas d'absence ou de suspension de son contrat de travail ». Vous pouvez retrouver ce texte sur [www.legifrance.fr](http://www.legifrance.fr).

#### • Mettre en pratique vos connaissances

Un stage est le complément indispensable d'un cursus théorique. Il vous permet de vous doter d'une expérience et de devenir opérationnel, à partir de la mise en application de vos connaissances personnelles et des éléments d'apprentissage complémentaires apportés par votre organisme d'accueil.

#### • Gagner en assurance

Grâce au stage, vous réussirez à vous intégrer dans un organisme, dans une équipe.

Vous participerez activement au fonctionnement de votre organisme d'accueil et pourrez constater que vous pouvez être utile, même si vous devez encore apprendre.

#### • Favoriser l'accès à l'emploi

Le stage est aujourd'hui fondamental pour l'orientation et l'insertion professionnelle, notamment celle des jeunes. Bien sûr, l'embauche n'est jamais garantie à l'issue d'un stage, mais celui-ci est souvent un pas décisif vers un premier emploi.

#### • Vous faire connaître, vous créer un réseau

Vous serez tout au long de votre stage au contact de professionnels : collègues, clients, fournisseurs, etc. Profitez-en pour vous construire un réseau et vous constituer un fichier d'adresses pour une future recherche d'emploi.

### Un tableau pour se repérer

#### quels stages, pour qui, dans quel cadre ?

Le tableau ci-dessous présente les principales caractéristiques des différents types de stage selon les catégories de public. Vous pourrez y repérer l'essentiel. Ces caractéristiques seront détaillées dans la suite du guide.

Public concerné	Collégiens et lycéens en voie générale et technologique	Lycéens en voie professionnelle et étudiants <sup>3</sup>	Salariés et demandeurs d'emploi
Types de stage	Stages d'observation	Stages d'application	Stages d'application ou stages d'immersion
Cadre	Stages intégrés dans un cursus pédagogique : stages obligatoires (par exemple stage de 3 <sup>ème</sup> ) ou stages facultatifs (à l'initiative de l'élève ou de l'établissement)	Stages intégrés dans un cursus pédagogique : stages obligatoires pour valider un diplôme ou stages facultatifs (à l'initiative de l'élève ou de l'établissement)	Stages obligatoires (pour valider une formation) ou stages facultatifs (à l'initiative du salarié ou demandeur d'emploi, de l'organisme de formation ou d'accompagnement à l'emploi)
Statut	Collégien stagiaire Lycéen stagiaire	Lycéen stagiaire Étudiant stagiaire	Stagiaire de la formation professionnelle continue Demandeur d'emploi
Contractualisation	Convention de stage obligatoire	Convention de stage obligatoire	Convention de stage obligatoire
Durée	5 jours (pour le stage de 3 <sup>ème</sup> ) Variable pour les autres stages	12 à 22 semaines réparties sur toute la durée de la formation (pour les stages obligatoires en voie professionnelle) Plusieurs semaines à plusieurs mois (pour les stages obligatoires pour les étudiants)	Variable selon le type de stage et le cursus
Gratification	Non prévue par la Loi (stages inférieurs à 2 mois)	Prévue par la Loi quand le stage est supérieur à 2 mois	Non prévue par la Loi, quelle que soit la durée du stage

3. Comme indiqué précédemment, ce guide n'est pas adapté aux alternants en apprentissage ou en contrat de professionnalisation.

## Stages obligatoires objectifs et caractéristiques

Que vous soyez élève, étudiant, salarié ou demandeur d'emploi, les stages sont obligatoires lorsqu'ils sont intégrés à la formation suivie ou nécessaires à l'obtention du diplôme préparé.

Collégien

### ► Si vous êtes collégien

#### Séquence d'observation en milieu professionnel, en 3<sup>ème</sup>

##### Objectifs spécifiques :

Rentrer en contact avec le monde du travail et en comprendre l'organisation, rencontrer des professionnels, vous informer sur un métier, un secteur, pour mieux définir votre futur projet professionnel. Avancer dans le parcours individuel d'information, d'orientation et de découverte du monde économique et professionnel que suivent tous les collégiens.

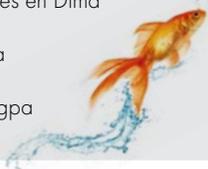
##### Caractéristiques :

Le stage de 3<sup>ème</sup> est un stage de découverte, un stage « d'observation en milieu professionnel ». Il fait partie de l'enseignement secondaire et vous incite à découvrir le monde du travail. Il est obligatoire et est inséré dans votre emploi du temps. La durée du stage est de 5 jours (30 heures pour les élèves de moins de 15 ans, 35 heures pour les élèves de plus de 15 ans). Attention : hormis dans l'entreprise de vos parents ou dans une administration publique, vous ne pouvez pas effectuer de stage avant l'âge de 14 ans. A l'issue de votre stage, vous devrez rédiger un bilan de vos observations.

Pour en savoir plus sur le stage de 3<sup>ème</sup>, retrouvez notre guide « Mon stage en 4 étapes », disponible dans les structures Information Jeunesse de la région Centre et téléchargeable sur le site [www.informationjeunesse-centre.fr](http://www.informationjeunesse-centre.fr) rubrique « guides pratiques ».

##### D'autres stages :

- séquences d'observation, stages d'initiation voire d'application en milieu professionnel si vous êtes en 3<sup>ème</sup> prépa-pro (classe de 3<sup>ème</sup> préparatoire aux formations professionnelles),
- stages d'initiation ou d'application en milieu professionnel si vous êtes en Dima (dispositif d'initiation aux métiers de l'alternance),
- stages d'initiation en milieu professionnel si vous êtes en 4<sup>ème</sup> Segpa (section d'enseignement général et professionnel adapté),
- stages d'application en milieu professionnel si vous êtes en 3<sup>ème</sup> Segpa (section d'enseignement général et professionnel adapté).



Lyc. gén.

### ► Si vous êtes lycéen en voie générale et technologique

Des stages (séquences d'observation ou périodes de formation en milieu professionnel) peuvent être rendus obligatoires par un programme (baccalauréat STAV) ou par un établissement scolaire via son projet d'établissement.

### ► Si vous êtes lycéen en voie professionnelle sous statut scolaire

Stages d'application (périodes de formation en milieu professionnel) en CAP (certificat d'aptitude professionnelle), CAPA (certificat d'aptitude professionnelle agricole), bac pro ou bac pro agricole.

##### Objectifs spécifiques :

Mettre en pratique les connaissances acquises au cours de votre formation : le stage est le complément indispensable d'un cursus théorique. Il vous permet de vous doter d'une expérience et de devenir opérationnel, à partir de la mise en application des connaissances acquises en formation initiale, et des éléments complémentaires apportés par l'organisme d'accueil.

Lyc. pro.

Lyc. pro.

### Caractéristiques :

Les stages sont obligatoires et font partie intégrante de la formation. Ils durent entre 12 et 22 semaines réparties sur les 2 ou 3 ans de formation. La durée est imposée par votre établissement de formation. Pour chaque période de stage, vous devrez effectuer un rapport de stage, qui sera noté et qui comptera pour l'obtention du diplôme.

Etudiant

### ► Si vous êtes étudiant

##### Objectifs spécifiques :

Connaître le monde du travail ainsi qu'un milieu professionnel, mettre en pratique les apports théoriques de votre formation, développer vos compétences, approfondir votre projet professionnel et enfin, bénéficier d'un tremplin vers l'emploi notamment grâce au réseau relationnel que vous aurez développé.

##### Caractéristiques :

En BTS (brevet de technicien supérieur), BTSA (brevet de technicien supérieur agricole), DUT (diplôme universitaire de technologie), licence pro, master pro ou de recherche, études de santé (pharmacie, médecine, dentaire), écoles de commerce et d'ingénieurs, et dans un nombre croissant de cursus, des périodes de stage sont obligatoires. La durée varie de plusieurs semaines à plusieurs mois. La durée du ou des stages effectués par un même stagiaire dans un même organisme d'accueil ne peut excéder 6 mois par année d'enseignement, sauf dérogation<sup>4</sup>. Pour chaque période de stage, vous devrez effectuer un rapport qui sera évalué par un enseignant ou un jury et qui comptera pour l'obtention de votre diplôme.

Salarié

### ► Si vous êtes salarié

##### Objectifs spécifiques :

Permettre le maintien dans l'emploi, la sécurisation de votre parcours professionnel, le développement de vos compétences, l'accès à une qualification professionnelle supérieure, ou bien une reconversion, un changement de métier.

##### Caractéristiques :

Quelles que soient la forme et la durée de votre contrat de travail, vous pouvez vous former pendant ou en dehors de votre temps de travail. De multiples dispositifs de formation existent, notamment le congé individuel de formation (CIF), le droit individuel à la formation (DIF) auquel se substituera, à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2015 le « compte personnel de formation » (CPF). Quand vous suivez une formation, vous pouvez être amené à effectuer une période de stage obligatoire au sein d'un organisme d'accueil. La durée du stage variera selon la formation suivie.

Demandeur d'emploi

### ► Si vous êtes demandeur d'emploi

##### Objectifs spécifiques :

Faciliter votre retour vers l'emploi, le développement de vos compétences. Permettre une reconversion ou l'accès à une qualification professionnelle supérieure.

##### Caractéristiques :

Vous pouvez bénéficier de la formation professionnelle continue. Pôle emploi, la Mission locale (pour les jeunes), Cap emploi (pour les personnes handicapées) et l'Apec (pour les cadres), peuvent vous aider à élaborer votre projet de formation. Quand vous suivez une formation, vous pouvez être amené à effectuer une période de stage obligatoire au sein d'un organisme d'accueil. La durée du stage variera selon la formation suivie.

4. Selon l'article L124-5 du code de l'éducation, que vous pouvez retrouver sur [www.legifrance.fr](http://www.legifrance.fr)



## Stages facultatifs objectifs et caractéristiques

Des stages facultatifs sont possibles à votre initiative (que vous soyez ou non en formation), à l'initiative de votre établissement de formation ou d'accompagnement à l'emploi. La convention de stage reste obligatoire.

Dans le cadre d'un stage facultatif, les caractéristiques et objectifs seront définis par le stagiaire, en accord avec son organisme de formation ou organisme d'accompagnement à l'emploi.

Les contraintes du stage peuvent être allégées : l'établissement décidera de demander ou non un rapport de stage et de l'évaluer ou pas.

### Quelques exemples

#### ► Si vous êtes collégien

Si vous avez choisi l'option DP3 (découverte professionnelle de 3h) en 3<sup>ème</sup>, vous pouvez réaliser des séquences d'observation en milieu professionnel.

#### ► Si vous êtes collégien ou lycéen

Vous pouvez choisir d'effectuer un stage durant les vacances scolaires (parfois appelé « mini-stage »), pour découvrir un secteur professionnel ou préciser votre projet d'orientation professionnelle<sup>5</sup>.

Ce stage d'une semaine maximum est possible pour les élèves des deux derniers niveaux de l'enseignement des collèges ou pour les élèves des lycées.

En région Centre, certaines chambres consulaires (chambres de métiers et de l'artisanat, chambres de commerce et d'industrie) peuvent vous aider à concrétiser ce stage. Elles vous fourniront une convention de stage et y apposeront leur visa. Quelques-unes vous aideront également à trouver votre organisme d'accueil (contacts p. 28).

#### ► Si vous êtes demandeur d'emploi

Vous pouvez, sous certaines conditions, effectuer une **évaluation en milieu de travail (EMT)**.

Ce stage, de courte durée (de 1 à 10 jours - 80 heures maximum), permet d'aborder concrètement les conditions d'exercice d'un métier ou de démontrer à un employeur potentiel votre savoir-faire. Il peut vous permettre de vérifier que vos compétences répondent aux attentes des employeurs ou de mesurer les écarts éventuels avec l'emploi visé.

A l'issue de l'évaluation, vous pourrez vérifier si l'emploi vers lequel vous souhaitez vous diriger vous convient et envisager, si nécessaire, un parcours de formation.

L'accès à l'EMT n'est pas automatique, renseignez-vous auprès de votre conseiller Pôle emploi.

Demandeur d'emploi

Si vous êtes accompagné par la Mission locale et que vous avez signé un contrat d'insertion dans la vie sociale (Civis), vous pourrez effectuer une **période en milieu professionnel (PMP)**.

Ce stage vous permettra de découvrir un métier au sein d'un organisme et de vérifier votre choix professionnel.

Renseignez-vous auprès de votre conseiller Mission locale qui pourra peut-être vous proposer d'autres solutions pour faire un stage en milieu professionnel.

Pour plus d'informations sur ces dispositifs, contactez votre conseiller Pôle emploi ou votre Mission locale.

## Partir en stage dans un autre pays d'Europe

Faire un stage en Europe dans le cadre de son cursus d'études, d'un projet de reconversion, ou de recherche d'emploi, c'est le moyen d'acquérir une expérience professionnelle différente et valorisante.

C'est aussi l'opportunité de se perfectionner dans une langue et de découvrir un autre pays. C'est enfin la possibilité d'apporter une touche d'ouverture à son CV, qui prend une dimension internationale.

Comme pour les stages en France, une convention de stage sera obligatoire.

C'est une protection indispensable qui vous permettra notamment de bénéficier d'aides financières.

#### Pour plus d'informations :

- si vous êtes en cours de formation, rapprochez-vous de votre établissement,
- visitez le site [www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org) rubrique « stages, jobs et emplois en Europe » > « stages »,
- consultez notre guide « Destination Europe », à paraître d'ici fin 2014.

# ETAPE 2

## CONNAITRE LES DROITS ET DEVOIRS DU STAGIAIRE

### La convention de stage toujours obligatoire

Quelle que soit votre situation (collégien, lycéen, étudiant, salarié, demandeur d'emploi), et que le stage soit obligatoire ou facultatif, il doit être formalisé par la signature d'une convention, généralement tripartite, entre :

- le stagiaire,
- le responsable de l'établissement scolaire ou de formation ou de l'organisme d'accompagnement à l'emploi dans lequel est inscrit le stagiaire,
- l'organisme d'accueil du stagiaire.

Elle est établie avant le début du stage et fixe les modalités de son déroulement. Elle définit les conditions juridiques, financières et pédagogiques du stage.

Pour les stages encadrés par les chambres consulaires, une convention de stage sera signée entre le stagiaire et l'organisme d'accueil. Pour être valable, elle devra être obligatoirement visée par la chambre consulaire qui aura fourni la convention.

#### La convention de stage contient généralement les clauses suivantes :

- la définition des activités confiées au stagiaire en fonction des objectifs de formation, les compétences à acquérir,
- les dates de début et de fin du stage, ainsi que le lieu,
- la durée hebdomadaire maximale de présence du stagiaire et, le cas échéant, sa présence la nuit, le dimanche ou les jours fériés,
- le cas échéant, le montant de la gratification et ses modalités de versement,
- la liste des avantages offerts en matière de restauration, hébergement, remboursement de frais, etc.
- le régime de protection sociale dont bénéficie le stagiaire, y compris la protection en cas d'accident du travail et l'obligation du stagiaire de justifier d'une assurance responsabilité civile,
- les conditions d'encadrement du stagiaire,
- les conditions de délivrance d'une « attestation de stage » et, le cas échéant, les modalités de validation du stage pour l'obtention du diplôme,
- les modalités de suspension et de résiliation du stage,
- les conditions dans lesquelles le stagiaire est autorisé à s'absenter,
- les clauses du règlement intérieur de l'organisme applicables au stagiaire, lorsqu'il existe.

C'est votre établissement scolaire ou de formation ou votre organisme d'accompagnement à l'emploi qui vous fournira la convention que vous devrez remplir et faire remplir à votre organisme d'accueil.

Pour information, les collégiens et lycéens pourront retrouver les différentes conventions sur le site du rectorat [www.ac-orleans-tours.fr](http://www.ac-orleans-tours.fr) rubrique « formation professionnelle et technologique » > « école-entreprise » > « stages en entreprises ».

Si besoin, les étudiants pourront télécharger la « charte des stages étudiants en entreprise » qui doit être annexée à leur convention, sur <http://travail-emploi.gouv.fr> rubrique « informations pratiques » > « les fiches pratiques du droit du travail » > « fiches pratiques du droit du travail » > « accès et accompagnement vers l'emploi » > « les stages étudiants en milieu professionnel » > « textes de référence ».

## La gratification

On emploie le terme de « gratification » et non pas de « salaire », puisque le stagiaire n'est pas considéré comme un salarié.

Dans les cas où une gratification n'est pas prévue par la Loi, l'organisme d'accueil pourra, s'il le souhaite, vous en accorder une.

#### ► Si vous êtes élève ou étudiant

Lorsque la durée du stage ou de la période de formation en milieu professionnel au sein d'un même organisme d'accueil est supérieure à deux mois consécutifs ou, au cours d'une même année scolaire ou universitaire, à deux mois consécutifs ou non, le ou les stages ou la ou les périodes de formation en milieu professionnel font l'objet d'une gratification, versée mensuellement. Pour les conventions de stage signées avant le 1<sup>er</sup> septembre 2015, le montant de la gratification est de 436,05 € par mois. A partir du 1<sup>er</sup> septembre 2015, ce montant sera de 523,26 €. La gratification est due au stagiaire à compter du premier jour du premier mois de la période de stage ou de formation en milieu professionnel. Son montant minimal forfaitaire n'est pas fonction du nombre de jours ouvrés dans le mois<sup>6</sup>.

Le montant de votre gratification doit être précisé dans votre convention de stage.

La gratification est exonérée de l'impôt sur le revenu dans la limite du montant annuel du Smic. Cette disposition, issue de la loi du 10 juillet 2014<sup>7</sup>, s'applique au stagiaire personnellement imposable ou au contribuable qui l'a à sa charge.

Le stagiaire a accès au restaurant d'entreprise ou aux titres-restaurant prévus à l'article L3262-1 du code du travail, dans les mêmes conditions que les salariés de l'organisme d'accueil. Il bénéficie également de la prise en charge des frais de transport prévue à l'article L3261-2 du même code<sup>8</sup>.

#### ► Si vous êtes salarié

Lors de votre stage, vous n'aurez pas de gratification de l'organisme d'accueil. Si vous êtes indemnisé par votre Opcva<sup>9</sup> en tant que stagiaire de la formation professionnelle continue pendant la partie théorique de votre formation, vous le serez également lors de votre stage dans un organisme. Ou bien dans certains cas, vous percevrez votre salaire.

#### ► Si vous êtes demandeur d'emploi

Lors de votre stage, vous n'aurez pas de gratification de l'organisme d'accueil. En tant que stagiaire de la formation professionnelle continue, si vous percevez une rémunération à ce titre ou que vous êtes bénéficiaire de l'Aref (allocation d'aide au retour à l'emploi formation) pendant la partie théorique de votre formation, vous le serez également lors de votre stage dans un organisme.

Si vous faites une évaluation en milieu de travail (EMT), vous ne serez pas gratifié par votre organisme d'accueil, mais si vous êtes indemnisé au titre de l'assurance chômage, vous continuerez d'être indemnisé. Renseignez-vous auprès de Pôle emploi.

6. Selon l'article L124-6 du code de l'éducation, que vous pouvez retrouver sur [www.legifrance.fr](http://www.legifrance.fr)

7. Retrouvez ce texte sur [www.legifrance.fr](http://www.legifrance.fr)

8. Selon la loi du 10 juillet 2014. Retrouvez les textes sur [www.legifrance.fr](http://www.legifrance.fr)

9. Un Opcva est un organisme chargé de financer la formation des salariés. Pour connaître l'Opcva dont dépend votre entreprise, renseignez-vous auprès de votre employeur, consultez votre fiche de paie sur laquelle l'Opcva est souvent précisé ou rendez-vous sur [www.etoile.regioncentre.fr](http://www.etoile.regioncentre.fr) cliquez sur « espace pro » puis choisissez la rubrique « formation métiers » > « VAE » > « la VAE : les financements » > « financeurs » > « les Opcva » et vous accéderez à la liste des Opcva en région Centre.

## Les conditions de déroulement du stage

### ► Vous (stagiaire) vous engagez à ...

- réaliser votre mission et être disponible pour les tâches qui vous sont confiées,
- respecter les règles de l'organisme,
- rédiger un rapport ou mémoire de stage sur le projet et les missions réalisées, si cela vous est demandé.

### ► L'organisme qui vous accueille s'engage à ...

- vous donner les moyens de réussir votre mission,
- vous encadrer, vous conseiller et favoriser votre intégration au sein de l'équipe,
- rédiger une attestation de stage décrivant les missions effectuées.

### ► L'établissement scolaire, universitaire, centre de formation ou structure d'accompagnement à l'emploi dans lequel vous êtes inscrit s'engage à ...

- définir les objectifs et s'assurer que le contenu du stage est en lien avec la formation ou la demande,
- vous préparer avant votre entrée au sein de l'organisme d'accueil et vous suivre tout au long du stage,
- assurer une médiation entre vous et l'organisme.

Le stage a un but pédagogique. Le stagiaire peut être tenu d'exécuter des tâches à caractère professionnel. Cependant il est là pour apprendre et/ou observer et n'a donc pas d'obligation de production comme les salariés.



En cas de litige avec votre organisme d'accueil, prenez tout de suite contact avec votre organisme de formation ou d'accompagnement à l'emploi pour prendre conseil. En cas d'interrogation sur vos conditions de travail pendant le stage, vous pouvez également contacter les services de renseignements sur le droit du travail de l'Inspection du travail, dont vous trouverez les coordonnées sur [www.centre.directe.gouv.fr](http://www.centre.directe.gouv.fr) rubrique « infos droit du travail ».

### ► Si vous êtes élève ou étudiant

Vous devez bénéficier des mêmes règles que les employés concernant la présence dans l'organisme, le travail de nuit, le repos quotidien, hebdomadaire et les jours fériés. Votre temps de présence ne peut excéder celui des employés. Il est interdit de vous confier des tâches dangereuses pour votre santé ou votre sécurité.

Si vous avez moins de 18 ans, certaines dispositions particulières du code du travail s'appliqueront à vous pour la durée du travail, le travail de nuit et les temps de pause et de repos.

Certains travaux sont interdits, sauf dérogation, aux jeunes de moins de 18 ans : par exemple, l'utilisation des produits chimiques, les travaux en hauteur et l'abattage d'animaux<sup>10</sup>.

De même, l'utilisation de machines ou appareils dangereux est interdite.

## Le statut du stagiaire

### ► Si vous êtes collégien, lycéen ou étudiant

Bien que stagiaire, vous conservez votre statut de collégien, de lycéen ou d'étudiant et donc demeurez sous statut scolaire.

Vous n'êtes pas un salarié de l'organisme qui vous accueille. Vous n'avez pas de contrat de travail et ne pouvez donc pas exercer l'ensemble des droits et obligations d'un salarié. Vous devez cependant suivre les règles d'hygiène, de sécurité et de discipline en vigueur dans votre organisme d'accueil.

### ► Si vous êtes salarié

Pendant la durée de votre formation, et donc pendant la durée d'un stage effectué dans un autre organisme, vous êtes considéré comme stagiaire de la formation professionnelle continue.

Cependant, vous continuez d'exécuter votre contrat de travail et vous êtes donc toujours en situation de subordination juridique par rapport à votre employeur. Le pouvoir de direction de ce dernier est partiellement transféré à votre organisme de formation : vous devez vous plier aux horaires, à l'organisation du travail et au règlement du centre de formation. Et quand vous exercez une période de stage dans un organisme d'accueil autre que votre employeur habituel, vous devez respecter les contraintes de cet organisme.

### ► Si vous êtes demandeur d'emploi

Pendant la formation, et donc pendant le stage que vous effectuez dans ce cadre, votre statut est défini par un cadre légal et réglementaire : vous êtes stagiaire de la formation professionnelle continue, demandeur d'emploi.

Si vous faites une évaluation en milieu de travail (EMT), vous conservez votre statut de demandeur d'emploi.



# ETAPE 3

## PREPARER SA RECHERCHE DE STAGE

### Règle n° 1 anticiper !

La recherche d'un stage n'est pas une chose facile, surtout en période de crise économique, car pour un employeur, recevoir un stagiaire suppose de pouvoir lui consacrer du temps, l'aider et l'accompagner dans ses tâches.

Vous devez donc, avant tout, vous organiser et surtout ne pas attendre le dernier moment. Vous devez engager votre recherche au moins 3 mois à l'avance, voire davantage.

Pensez aussi aux aléas du calendrier : démarrez encore plus tôt si vous devez débiter votre stage peu de temps après une période où bon nombre de recruteurs sont en congés (peu après les vacances d'été ou de Noël par exemple) !

### Règle n° 2 déterminer son propre projet de stage

Même si votre stage est obligatoire et qu'une fiche d'objectifs vous a été remise, fixez-vous aussi vos propres objectifs : votre stage doit être utile à votre avenir professionnel ! Posez-vous quelques questions essentielles avant de vous lancer dans vos recherches, cela vous permettra de mieux cibler vos démarches et d'éviter un stage peu utile.

#### Quel projet professionnel au-delà du stage ?

Avant d'engager votre recherche de stage, questionnez-vous sur vos souhaits pour votre avenir professionnel. Que vous soyez élève, étudiant, salarié ou demandeur d'emploi, avant de vous plonger quelques jours ou quelques semaines dans un organisme inconnu, cette réflexion sera indispensable pour vous permettre d'imaginer le type de stage qui vous rapprocherait le mieux de vos objectifs d'avenir.

Le stage deviendra alors le moyen de confirmer vos envies ou de faire évoluer votre projet professionnel.

#### Quels objectifs de stage ?

Le stage peut répondre à différents objectifs :

- expérimenter de nouvelles activités,
- obtenir un titre ou un diplôme,
- mettre en pratique votre formation,
- tout simplement découvrir le milieu du travail ou un métier dont vous ne connaissez pas les rouages,
- accéder à un niveau supérieur de qualification,
- changer d'activité ou de profession,
- perfectionner vos connaissances sur votre environnement professionnel,
- vous préparer à l'exercice de responsabilités,
- etc.

Questionnez-vous sur ce que vous attendez de votre stage, pour mieux cibler le secteur d'activité, le type d'organisme et la nature même de la mission qui vous conviendrait.

#### Quel organisme d'accueil ?

Le déroulement et le succès de votre stage peuvent fortement dépendre du secteur d'activité choisi. Bien sûr, vous devrez vous questionner sur le domaine qui, a priori, vous intéresse le plus. Mais attention aussi à tenir compte des caractéristiques de votre organisme d'accueil. Il est bon de s'interroger, par exemple, sur la taille qui vous conviendrait le mieux.

Dans de grands groupes, vous aurez plus de risques de vous retrouver cantonné à votre poste, sans acquérir une vue d'ensemble de l'organisme.

Dans une PME ou une association, vous pourriez avoir une vision plus transversale et davantage de responsabilités. Cependant, vous trouverez peut-être un tuteur de stage plus spécialisé dans une grosse équipe, qui peut-être pourra mieux vous guider dans des apprentissages spécifiques.

Mais est-ce le bon choix si vous voulez surtout tester votre autonomie ?

C'est à vous de peser l'importance de ces éléments selon votre projet.

Vous pouvez aussi avoir un choix à faire sur la nature juridique de votre futur organisme d'accueil : association, entreprise, collectivité, établissement public, etc. : chacun ayant son fonctionnement, cela pourra avoir un intérêt différent en fonction de votre futur professionnel.

### Règle n° 3 savoir repérer les opportunités de stage

Tous les organismes employeurs sont susceptibles de proposer des stages. Pour repérer ceux auprès desquels vous souhaiteriez postuler, consultez des annuaires ou des fichiers d'entreprises disponibles en ligne (voir p. 32) ou parfois dans le centre de documentation de votre établissement de formation.

Les grandes entreprises sont davantage connues et sollicitées, mais il ne faut pas négliger les petites, moyennes et même très petites entreprises ou industries, associations, collectivités territoriales, établissements publics et services de l'Etat.

Quoiqu'il en soit, comme il n'existe malheureusement aucun lieu ou média « miracle » qui centralise toutes les possibilités de stage, il faut multiplier les canaux pour les repérer !

#### Mobiliser son entourage

##### ► Si vous êtes élève ou étudiant

Certes, vous n'avez pas le carnet d'adresses d'un cadre aguerri, mais à son échelle, chacun dispose d'un réseau.

Votre famille, vos amis et vos proches sauront peut-être vous mettre sur la bonne piste... à condition qu'ils soient au courant de votre recherche ! Alors parlez-en autour de vous.

##### ► Si vous êtes salarié ou demandeur d'emploi

Utilisez votre réseau tant personnel que professionnel pour vous aider dans vos recherches de stage.

Quel que soit votre âge ou votre situation, ne comptez pas sur votre tissu relationnel pour transformer votre recherche de stage en une simple formalité : cela restera toujours à vous de convaincre l'employeur de vous accueillir dans son équipe !

## Faire jouer le réseau de son établissement de formation ou de son organisme d'accompagnement à l'emploi

Collégien  
Lyc. gén. & tech.  
Lyc. pro.  
Étudiant  
Salarié  
Demandeur d'emploi

### ► Si vous êtes élève ou étudiant, salarié ou demandeur d'emploi en formation professionnelle continue

Il est probable que vos enseignants ou votre établissement disposent d'offres de stage ou des coordonnées d'un réseau de professionnels acceptant régulièrement d'accueillir des stagiaires. Les écoles d'ingénieurs ou de commerce, par exemple, vont souvent jusqu'à nouer des partenariats avec des organismes qui proposent des stages en priorité à leurs étudiants.

### ► Si vous êtes demandeur d'emploi

Votre conseiller Pôle emploi ou Mission locale peut, peut-être aussi, vous orienter vers des organismes qui ont l'habitude d'accueillir des stagiaires ou qui peuvent vous aider dans vos recherches.

## Contactez les « anciens »

La plupart des offres de stage ne sont même pas diffusées... elles sont bien souvent pourvues par le bouche-à-oreille.

Collégien  
Lyc. gén. & tech.  
Lyc. pro.  
Étudiant  
Salarié  
Demandeur d'emploi

### ► Si vous êtes élève ou étudiant, salarié ou demandeur d'emploi en formation professionnelle continue

N'hésitez pas à contacter les anciens de votre établissement de formation (vous pourrez parfois obtenir un fichier auprès du bureau de la scolarité ou les coordonnées de l'association des anciens quand elle existe). Envoyez-leur un court mail, pour leur faire part de vos disponibilités et de vos souhaits. Ils connaissent parfaitement votre formation, alors s'ils sont maintenant passés du côté des employeurs, ils commenceront naturellement par vous contacter s'ils ont un stage à pourvoir.

## Consulter la presse spécialisée

N'oubliez pas de chercher des offres de stage dans la presse spécialisée du secteur dans lequel vous souhaitez trouver un stage. Vous la trouverez dans la bibliothèque de votre établissement de formation.

## Se rendre dans les forums

Les organismes qui ont de gros besoins de stagiaires participent généralement à des forums de recrutement.

Commencez par vous intéresser aux événements proposés par votre établissement, mais sachez aussi que de nombreux forums d'employeurs sont aussi organisés par la région, le département, votre ville ou encore par les branches professionnelles. Il ne vous reste plus qu'à vous y présenter et proposer vos services en tant que futur stagiaire, en pensant bien sûr à vous munir de votre CV et de votre fiche d'objectifs de stage (voir p. 24).

Pensez également aux salons pour le grand public, dans lesquels de nombreux professionnels sont présents (salon de l'habitat, foire exposition, etc.), ainsi qu'aux salons destinés aux professionnels.

## Rechercher des offres de stage sur Internet

Internet représente aujourd'hui un outil incontournable pour trouver un stage en proposant des sites spécialisés dans l'offre de stage (voir p. 32). Vous pouvez généralement y définir des critères de recherche comme la zone géographique, le secteur d'activité ou le niveau de diplôme demandé. Certains sites sont consacrés à un secteur d'activité en particulier. Les sites des grandes entreprises et de certaines administrations peuvent aussi proposer des offres de stage. N'hésitez pas à consulter leur rubrique emploi, ou recrutement.



Certains sites d'offres de stage, des moteurs de recherche d'emploi et parfois des sites Internet d'organismes permettent de mettre en place des alertes pour recevoir des offres dès leur publication.

## Utiliser les réseaux sociaux

Lorsque vous aurez sélectionné les organismes dans lesquels vous aimeriez faire votre stage, vous pourrez utiliser les réseaux sociaux (Twitter, Facebook, Viadeo, LinkedIn) pour entrer en relation avec les personnes responsables des stages ou les chargés de recrutement.



N'oubliez pas que les recruteurs peuvent se servir des réseaux sociaux pour vérifier votre profil, vos centres d'intérêt et la pertinence de votre candidature, pensez donc à vous créer des comptes professionnels et protégez vos comptes privés !

Pour connaître les entreprises qui ont « la cote » auprès des stagiaires, consultez le classement Happy Trainees sur <http://meilleures-entreprises.com>

## Règle n° 4

### être sélectif... mais réactif !

Une fois que vous aurez déterminé avec soin les missions que vous cherchez, le secteur d'activité que vous visez, le type d'organisme dans lequel vous voulez effectuer votre stage, adressez vos candidatures de façon ciblée.

Soyez sélectif (ne candidatez pas n'importe où), mais soyez également très réactif (ne laissez pas passer votre chance) : les organismes qui proposent une offre de stage intéressante trouveront parfois le bon candidat en quelques jours seulement. Écrivez très tôt aux organismes qui vous attirent le plus, suivez chaque jour les offres publiées sur Internet ou proposées dans votre centre de formation, postulez très rapidement à celles qui correspondent à vos critères et ne laissez passer aucune convocation à un éventuel entretien ! Que vous soyez finalement retenu ou non, l'exercice de l'entretien vous entraînera pour le suivant, qui sera peut-être le bon.

N'acceptez bien sûr pas n'importe quel stage, mais n'oubliez pas non plus que le stage n'est qu'une étape, qui est parfois de courte durée. Alors si vous devez impérativement effectuer un stage pour valider votre cursus de formation et que l'échéance approche, même si la mission ne correspond pas exactement à votre stage idéal, acceptez-la ! Vous pourrez ainsi passer à l'étape suivante de votre formation et utiliser cette expérience pour mettre toutes les chances de votre côté par la suite - lors de votre prochaine recherche de stage ou quand vous rechercherez un emploi.

## Et les règles à connaître pour un stage à l'étranger ?

### Quelques constats :

- il est généralement plus compliqué de trouver un stage à l'étranger qu'en France (les démarches administratives ne sont pas toujours simples),
- il est indispensable d'organiser ses démarches plusieurs mois à l'avance,
- s'établir dans un autre pays, même pendant une courte période, demande ouverture d'esprit et capacité d'adaptation.

Malgré ces difficultés, toute expérience vécue à l'étranger est riche : vous y découvrez un milieu professionnel, mais aussi un autre cadre de vie et peut-être une nouvelle langue.

Bref, si vous êtes motivé et prêt à l'aventure, n'hésitez pas à la tenter !

Différentes structures peuvent vous aider dans vos démarches, notamment votre établissement scolaire ou de formation. Consultez le dossier Actuel Cidj et et le complément régional Actuel Centre n° 8.22 « Partir en stage à l'étranger » (consultables dans le réseau Information Jeunesse de la région Centre) ainsi que notre guide « Destination Europe » à paraître d'ici fin 2014.

## ETAPE 4

### PREPARER SES OUTILS ET... SE LANÇER !

#### Avoir une adresse mail et un message d'accueil téléphonique adaptés

Difficile aujourd'hui de rechercher un stage sans utiliser une adresse mail. Si vous n'en avez pas, créez-en une du type « prénom.nom@xxxx ». En cas de besoin, vous pouvez vous faire aider par votre informateur jeunesse. Si vous avez déjà une adresse, mais qu'elle est un peu trop originale, créez-vous en une plus sérieuse.

Pensez aussi qu'un recruteur peut essayer de vous joindre par téléphone : ayez un message de répondeur suffisamment sérieux.

Et n'oubliez pas de consulter régulièrement vos mails et votre répondeur !

La démarche de recherche de stage se rapproche d'une recherche d'emploi. Une bonne candidature doit reposer sur un projet cohérent, soutenu par une lettre de motivation accrocheuse et un CV clair et efficace. Ensuite, c'est la qualité du contact avec l'employeur, au moment de l'entretien, qui pourra confirmer l'essai (comme pour une recherche d'emploi, l'étape entretien « d'embauche » est généralement incontournable).

#### Des modèles pour vous aider

La plupart des bibliothèques, structures du réseau Information Jeunesse, centres de documentation et d'information, Missions locales ou agences Pôle emploi disposent de guides sur les lettres de motivation et les CV, en consultation libre. Utilisez-les ! Consultez aussi les sites Internet qui en proposent (voir p. 35). Mais attention ces outils sont faits pour vous inspirer, pas pour faire du « copier-coller » !

Si vous êtes à l'aise avec l'écrit, vous pourrez sans doute préparer votre lettre et votre CV seul, en suivant les conseils ci-après. Si ce n'est pas le cas, faites-vous aider (voir la partie « Besoin d'aide ? » à partir de la p. 28). Mais à l'aise ou pas, n'hésitez pas à vous faire relire, ne serait-ce que pour corriger vos fautes !

## La lettre de motivation

### Une lettre de motivation, pour quoi faire ?

Vous pouvez vous demander pourquoi devoir faire cet exercice rébarbatif pour un simple stage...

Alors sachez que, même si vous ne serez pas gratifié, et si vous ne passerez que quelques jours, ou semaines, dans l'organisme qui vous accueillera, vous demanderez un certain investissement à l'employeur : vous accueillir en stage le contraindra à vous offrir un cadre de travail satisfaisant, à proposer des activités qui vous permettront de mettre à profit vos acquis, à vous accompagner dans l'acquisition de nouveaux apprentissages, etc. Il a donc besoin d'être convaincu que vous êtes motivé et que vous ne vous contenterez pas de vous asseoir dans un coin en attendant que le temps passe...

Vous devez alors commencer par lui expliquer par écrit, les raisons pour lesquelles vous souhaiteriez réellement effectuer votre stage dans sa structure. Vous le convaincrez alors de vos motivations et de votre capacité à être actif et pourquoi pas, force de proposition.

### Les principes clefs de la lettre de motivation

Les recruteurs reçoivent un grand nombre de candidatures, toute l'année. Ils n'en font donc souvent qu'une lecture très rapide. Alors pour avoir une chance que votre lettre interpelle et qu'elle soit lue jusqu'au bout, elle doit être bien présentée, claire, et suffisamment accrocheuse pour donner envie à votre lecteur de vous proposer un entretien.

#### 1<sup>er</sup> principe :

##### **N'envoyez pas la même lettre de motivation à chaque organisme**

Les recruteurs s'en rendent compte immédiatement ! Rédigez votre propre modèle type, pour organiser les informations que vous voulez faire apparaître, puis prenez soin de l'adapter à chaque organisme - et bien sûr au stage qu'il propose, si vous répondez à une offre. Pour cela, renseignez-vous sur l'organisme via son site Internet, les annuaires d'entreprises, ou même en allant sur place, si c'est un lieu public. Vous pourrez alors argumenter votre motivation, montrer au recruteur que vous connaissez (au moins un peu) son organisme et que ce dernier vous attire.

#### 2<sup>ème</sup> principe :

##### **Pour intéresser votre lecteur, ne rédigez pas une lettre de motivation trop impersonnelle**

Parlez de vos compétences en lien avec le stage ; indiquez quelles qualités personnelles vous pourriez mettre en pratique précisément dans son organisme.

Et pour donner peut-être davantage à l'employeur envie de vous accueillir, pensez à lui préciser en quoi ce stage pourrait être important pour votre projet professionnel.

### Les règles de base de la lettre de motivation

- adoptez une présentation soignée, aérée et agréable à lire (même pour une candidature en ligne),
- ne faites ni faute d'orthographe, ni rature,
- choisissez des termes précis, dynamiques et positifs,
- rédigez un contenu court et percutant : 1 recto, avec 3-4 paragraphes espacés,
- relisez votre lettre à voix haute pour vérifier la fluidité de votre texte,
- respectez les consignes du recruteur : certains demandent une lettre manuscrite,
- pensez à adresser votre lettre à la personne identifiée dans l'annonce. S'il s'agit d'une candidature spontanée, téléphonez à l'organisme pour savoir à qui envoyer votre lettre : si celle-ci est adressée au bon interlocuteur, cela prouvera que vous avez pris la peine de vous renseigner, et ce sera toujours bien vu,
- n'oubliez pas de signer ! (prénom et nom en bas de page et/ou signature manuscrite).

Pensez que si vous recherchez un stage de « bureau », la qualité de la présentation est encore plus cruciale ! On n'accueillera pas en stage de secrétariat un étudiant qui n'est pas capable de rigueur sur sa propre lettre de motivation...

### 3<sup>ème</sup> principe :

#### N'oubliez pas que les organismes trouvent aussi un intérêt à recevoir des stagiaires

Alors pensez à quelques arguments qui vous permettront de préparer votre lettre de motivation et/ou votre futur entretien : ils pourront vous aider à convaincre l'employeur de son intérêt à vous accueillir.

Recevoir un collégien offre la possibilité à l'organisme de faire découvrir son secteur professionnel à un adolescent, et pourquoi pas, de susciter des vocations.

Ouvrir ses portes à un lycéen professionnel permet à l'organisme d'améliorer son image de marque auprès des jeunes, pour faciliter le recrutement dans le futur. Cela contribue aussi à rapprocher les établissements de formation initiale et le monde économique, pour une meilleure adaptation des formations aux besoins de l'emploi et donc un accès plus facile des futurs diplômés au marché du travail. Le lycéen peut, enfin, être un futur candidat à embaucher, qui peut apporter un regard neuf au sein de l'organisme et y amener de la mixité au niveau de l'âge.

Intégrer un étudiant donne l'opportunité à l'organisme de transmettre son savoir-faire aux jeunes générations diplômées. L'échange avec un étudiant en formation peut également permettre de bénéficier d'une nouvelle vision des choses, parfois utile pour le développement d'un projet, par exemple.

Proposer un stage à un salarié en formation peut offrir à l'organisme d'accueil une garantie que le stagiaire s'adaptera rapidement à l'environnement de travail et pourra faire profiter de ses compétences professionnelles acquises précédemment.

Enfin, accueillir un demandeur d'emploi dans son équipe peut permettre un échange constructif avec une personne motivée pour aller vers l'emploi, et pourquoi pas apporter la possibilité de tester un potentiel collaborateur.

### Les rubriques de la lettre de motivation

Il n'existe pas de règle absolue définissant la présentation de la lettre de motivation. Voici néanmoins quelques conseils de présentation.

#### L'en-tête

En haut à gauche : votre identité et vos coordonnées complètes.

En haut à droite : le nom et la fonction de votre correspondant (la personne a priori responsable du recrutement) et les coordonnées de l'organisme, et quelques lignes plus bas, votre commune et la date du jour.

#### L'objet

Précisez quel type de stage vous recherchez ou à quelle offre de stage vous répondez.

#### Le destinataire de votre lettre

Donnez la fonction de la personne responsable du recrutement : « Monsieur le Directeur, » par exemple.

#### L'accroche

Indiquez que vous êtes dans une démarche de recherche de stage et précisez le cadre dans lequel il s'inscrit (votre situation actuelle).

Si vous répondez à une annonce, mentionnez-le.

Si vos dates de stage sont fixées, indiquez-les.

Puis donnez envie à votre interlocuteur de continuer à lire votre lettre en expliquant pourquoi vous souhaitez faire votre stage dans son organisme (les qualités/spécificités de l'organisme qui vous semblent intéressantes pour votre stage et/ou pour votre projet professionnel).

Attention à bien vous renseigner : ne vous trompez pas dans ce que vous dites de l'organisme !

• Votre Prénom NOM	Nom de l'Organisme
• Votre adresse complète	Nom et fonction du destinataire
• Votre téléphone portable (de préférence)	Adresse de l'organisme
• Votre adresse mail	Votre commune, la date

• Objet : Candidature spontanée pour un stage de xxx	Madame [ou Monsieur] la [le] xxx
• Ou si vous répondez à une offre : Candidature pour le stage de xxx [intitulé de l'offre]	[fonction du destinataire responsable du recrutement]

• Actuellement étudiant(e) en x<sup>ème</sup> année de xxx [ou élève de xxx, ou en recherche d'emploi...], je suis à la recherche d'un stage pratique, intégré dans ma formation, pour une durée de xxx [jours/semaines ou mois], du xxx [date de début] au xxx [date de fin].

Etant vivement intéressé(e) par le [la] xxx [objet principal de votre stage ou plus globalement de votre formation...], je serais très désireux(se) d'approfondir ma formation en découvrant la façon dont vous mettez en œuvre cette fonction au sein de votre entreprise [ou organisme, ou établissement...]. Votre activité [ou votre organisation, ou vos méthodes, ou votre renommée, ou l'importance de votre activité...] me semble(nt) en effet répondre particulièrement à mes attentes pour ce stage.

• Pouvoir effectuer mon stage dans votre entreprise [ou organisme, ou établissement...] serait pour moi une formidable opportunité pour expérimenter les compétences que j'ai acquises dans le cadre de ma formation [et/ou de mes études et/ou de mes précédents stages et/ou de mes expériences professionnelles...] et contribuer à la validation de mon futur diplôme [ou de mon projet professionnel...]. Je saurais de mon côté contribuer utilement par ce stage aux travaux de votre équipe, grâce à mes aptitudes, mais aussi grâce à xxx [vos principales qualités utiles au stage...].

• Souhaitant vivement avoir l'occasion de vous rencontrer et de vous exposer mes motivations de vive voix, je vous prie d'agréer, Madame [ou Monsieur] la [le] xxx, l'expression de mes respectueuses salutations.

Votre Prénom NOM et/ou votre signature

#### Le développement

Soulignez à quel point ce stage est important pour vous. Mettez aussi en valeur vos compétences et qualités que vous apporterez à l'organisme pendant votre mission. Essayez d'illustrer par des exemples tirés de votre expérience.

#### La demande d'entretien et la formule de politesse

Montrez que vous êtes prêt à en dire plus lors d'un entretien. Dans la formule de politesse, reprenez toujours la fonction du destinataire de votre lettre.

**Et bien sûr votre signature**, en bas de page à droite de la feuille.

## Le CV (curriculum vitae)

Vous devrez bien sûr joindre un CV à votre lettre de motivation.

Votre CV est un document détaillant votre parcours de formation, votre expérience professionnelle ou bénévole, ainsi que vos centres d'intérêt : il décrit ce que vous avez déjà fait, ce que vous faites, ce que vous savez faire. Ne trichez pas sur vos acquis ! Un recruteur pourrait très vite s'en rendre compte.

### Collégien Lyc. gén. & tech. Lyc. pro. Etudiant

#### ► Si vous êtes collégien, lycéen ou étudiant

Votre CV devra présenter vos études passées et en cours, vos éventuelles expériences de stages, de petits boulots, vos éventuels engagements bénévoles, etc. et vos centres d'intérêt. C'est ce qui permettra au recruteur de se faire une petite idée de votre personnalité et de vos « plus ».

### Salarié Demandeur d'emploi

#### ► Si vous êtes salarié ou demandeur d'emploi

Votre CV présentera vos diplômes, vos formations passées et en cours, vos stages précédents, mais aussi et surtout vos expériences professionnelles et vos compétences.

Pensez à rédiger votre CV en cohérence avec le stage auquel vous postulez : par exemple, si vous cherchez un stage de chauffeur de bus, inutile de trop détailler vos premières années de vendeur, insistez plutôt sur vos 15 ans d'expériences de moniteur d'auto-école !

#### Les règles basiques de présentation du CV

- soyez concis (simple et clair),
- évitez les abréviations et sigles (sauf ceux que tout le monde connaît),
- vérifiez votre orthographe,
- faites une mise en page équilibrée et aérée pour rendre votre CV facile à lire,
- évitez les fioritures : les petits nuages ou autres dégradés de couleurs peuvent faire sortir votre CV du lot, mais ne sont pas forcément du goût du recruteur !
- n'utilisez de préférence qu'une page (recto),
- si vous joignez une photo (non obligatoire), choisissez-la récente et de bonne qualité,
- évitez de présenter vos expériences sous forme d'une liste d'intitulés de poste qui ne sont pas clairs : présentez plutôt en termes simples les activités ou les principales tâches que vous avez effectuées,
- essayez de vous faire relire par une personne compétente.

## Les rubriques du CV

### Identité et coordonnées

Comme sur la lettre de motivation, en haut à gauche : votre identité et vos coordonnées complètes. Il n'y a aucune obligation à indiquer votre situation familiale ou votre âge : à vous de juger s'ils peuvent être des atouts pour votre stage. Si vous avez le permis de conduire, précisez-le ici, surtout si vous postulez à un stage qui l'exige !

### Titre

N'inscrivez pas « Curriculum vitae » en titre : indiquez ici votre situation actuelle et la raison pour laquelle vous présentez votre CV, pour que le destinataire comprenne votre projet du premier coup d'œil. Par exemple : « Etudiant en 2<sup>ème</sup> année DUT génie mécanique et productique (sur la 1<sup>ère</sup> ligne) cherche stage de fin d'études (sur la 2<sup>ème</sup>) »

### Formations et compétences spécifiques

Si vous n'avez aucune expérience professionnelle, cette rubrique sera la plus importante : rédigez-la avec soin !

Présentez d'abord la formation que vous suivez actuellement, puis vos formations et diplômes antérieurs, en allant du plus récent au plus ancien. Inutile de citer le brevet des collèges si vous avez déjà atteint un autre diplôme supérieur.

Si vous avez un brevet de type secourisme ou Bafa, n'oubliez pas de le mentionner ici.

Pour chaque formation citée, indiquez l'année (ou les années), le titre, l'établissement. Si vous avez obtenu un diplôme validant votre formation, inutile de citer toutes les années : indiquez seulement celle du diplôme.

Vous pouvez inclure une partie indiquant vos compétences spécifiques (langues étrangères, informatique, etc.).

### Expériences

Commencez par votre expérience la plus récente, puis continuez par ordre chronologique décroissant.

Pour chacune, indiquez les informations suivantes : dates, poste occupé, nom de l'organisme et sa localisation, tâches effectuées et responsabilités (soyez synthétique !).

Si vous n'avez pas ou peu d'expériences professionnelles, mettez l'accent sur vos jobs d'été, petits boulots, précédents stages, missions de volontariat, activités bénévoles, etc. Si vous suivez une formation supérieure et avez déjà eu l'occasion de publier vos travaux, mentionnez-le.

● Votre Prénom NOM  
 Votre adresse complète  
 Votre téléphone portable (de préférence)  
 Votre adresse mail  
 Permis B

Photo (facultative)

● Votre statut et/ou votre activité  
 Cherche stage de .....

### FORMATIONS ET COMPETENCES SPECIFIQUES

20..20.. Intitulé de la formation ou du diplôme  
 Nom de l'organisme de formation, ville (département)

20..20.. Intitulé de la formation ou du diplôme  
 Nom de l'organisme de formation, ville (département)

19..19.. Intitulé de la formation ou du diplôme  
 Nom de l'organisme de formation, ville (département)

Compétence xx : nature et niveau

Compétence xx : nature et niveau

### EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

Mois, années Intitulé de la fonction ou du stage ou de la mission de volontariat, etc.  
 Nom de l'organisme, ville (département)  
 Détailler en 1 ou 2 lignes, si besoin, vos missions

Mois, années Intitulé de la fonction ou du stage ou de la mission de volontariat, etc.  
 Nom de l'organisme, ville (département)  
 Détailler en 1 ou 2 lignes, si besoin, vos missions

Mois, années Intitulé de la fonction ou du stage ou de la mission de volontariat, etc.  
 Nom de l'organisme, ville (département)  
 Détailler en 1 ou 2 lignes, si besoin, vos missions

### CENTRES D'INTERET

Sports,  
 Loisirs,  
 Voyages,  
 etc.

### Centres d'intérêt

Si vous avez peu d'expériences professionnelles, prenez soin de développer cette rubrique. Décrivez vos engagements associatifs, culturels ou sportifs, éventuellement vos loisirs...

Si vous avez déjà suffisamment d'expériences professionnelles, ne notez que vos centres d'intérêt qui seraient en relation avec l'offre et pourraient apporter un plus à vos compétences professionnelles.

## Le descriptif des objectifs de stage

Si votre stage est obligatoire, votre organisme de formation vous procurera probablement un document décrivant les objectifs et finalités du stage. Pensez à le demander puis à le présenter à tout recruteur éventuel. Vous pouvez le joindre à votre courrier de candidature ou le présenter le jour de l'entretien.

Si ce document n'existe pas, pas de panique ! Vous devez juste vous assurer que vous avez bien compris ce que vos formateurs attendent de votre stage et être capable de le décrire au recruteur. Avant d'envoyer vos candidatures, n'hésitez donc pas à refaire le point avec votre référent (professeur, formateur ou conseiller, selon votre situation). Pour vous aider à y voir plus clair, vous pouvez aussi consulter la grille d'évaluation du stage, si elle existe : vous y trouverez le détail des points que vous êtes censés pourvoir aborder pendant le stage et évaluer au final avec votre organisme d'accueil.

Si cela peut vous aider dans vos démarches, vous pouvez rédiger votre propre petite fiche d'objectifs de stage.

## La diffusion de votre demande de stage

### Les règles basiques

- identifiez les organismes qui vous intéressent et pour chacun, l'interlocuteur le plus adapté (le « recruteur »),
- renseignez-vous sur le mode de diffusion qui répond aux attentes de chaque organisme (courrier, mail, formulaire en ligne, etc.) et utilisez-le,
- ayez une adresse mail et un message de réponseur téléphonique professionnels adaptés à la recherche de stage (voir p. 18).

### Le téléphone

Avant de diffuser votre demande, un contact téléphonique peut vous permettre de vérifier qu'une offre de stage est toujours valable, ou dans le cas d'une candidature spontanée de s'assurer que l'organisme prend des stagiaires. Cette démarche peut aussi vous offrir un premier échange avec le recruteur, le cas échéant. Mais cela ne suffira pas ! Vous devrez toujours faire parvenir une candidature écrite.

### L'envoi de courrier

L'envoi d'une lettre de motivation et du CV par courrier postal reste la démarche la plus classique et admise par tous les recruteurs (sauf lorsqu'ils stipulent que les candidatures doivent se faire selon un autre moyen).

Si vous envoyez des candidatures spontanées, attention quand même à bien cibler vos envois, sinon cela pourrait devenir coûteux !

### L'envoi de mail

De plus en plus de demandes de stage se font par mail, mais la démarche doit rester tout aussi formelle que par courrier : vous devez rédiger une lettre de motivation personnalisée, à envoyer soit directement dans le corps du texte de votre mail, soit en pièce jointe ; et bien sûr, vous devez joindre votre CV, ou indiquer le lien vers votre CV en ligne<sup>11</sup>.

De préférence, envoyez vos pièces jointes en format pdf, pour que votre présentation ne risque pas de changer à l'ouverture du document.

Attention aussi au mail qui n'arrive jamais au destinataire ! Les adresses changent souvent, alors pensez à demander à votre logiciel de messagerie un accusé de réception pour chacun de vos envois.

## Le formulaire de candidature en ligne

Sachez que, quand vous accédez à des offres de stage sur Internet, vous avez souvent la possibilité de candidater en ligne, via un formulaire spécifique. Dans ce cas bien sûr, utilisez-le en priorité !

## Le dépôt de candidature sur place

Si vous voulez être sûr que votre candidature arrive au bon endroit, vous pouvez vous déplacer pour la déposer. C'est également un moyen de vous faire connaître : cherchez dans ce cas à rencontrer directement le destinataire de votre candidature.

### Vous pouvez créer, diffuser et héberger votre CV en ligne

Par exemple en utilisant [www.doyoubuzz.com](http://www.doyoubuzz.com)

Ce site vous permet de créer facilement un CV design, de l'héberger, de le référencer dans les moteurs de recherche et de le diffuser via Internet auprès des employeurs.

## La préparation à l'entretien

Si votre lettre de motivation et votre CV ont convaincu, vous serez convoqué à un entretien (il y a peu de chance que l'on vous propose un stage sans même vous avoir vu). Alors dès ce moment-là, mettez toutes les chances de votre côté en vous préparant au mieux à ce moment décisif !

### Savoir à quoi vous attendre

Le déroulement de l'entretien dépend de vous et de votre interlocuteur. On ne peut donc pas tout prévoir. Mais en règle générale, l'entretien doit permettre au recruteur d'estimer si vous êtes le bon candidat et être pour vous l'occasion de vérifier que le stage que l'on vous propose correspond à vos attentes. Attendez-vous donc à parler à la fois de vous et de ce que le stage pourrait apporter à vous-même comme à l'employeur.

### Soigner votre présentation

La première impression que vous donnerez est importante : adoptez un look « professionnel », tout en restant fidèle à vous-même.

N'oubliez pas de serrer la main, de vous présenter et essayez d'être naturel. Le recruteur sera vigilant sur votre ponctualité, votre comportement, votre aisance orale, votre gestuelle. Soyez actif pendant l'entretien : n'hésitez pas à vous exprimer.

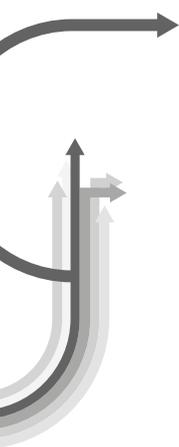
Entraînez-vous ! Mettez-vous en situation, auprès de personnes expérimentées de votre entourage, ou même, pourquoi pas, sollicitez vos amis pour organiser une sorte de mini « jeu de rôles ».

### Avoir de quoi argumenter

Pendant l'entretien, c'est surtout le recruteur qui vous posera des questions. La conversation portera avant tout sur vous et votre projet de stage. Même si vous n'avez pas ou peu d'expériences professionnelles, vous devrez être capable de mettre en avant votre candidature.

Avant le rendez-vous, prenez le temps de relire votre lettre de motivation et votre CV, la description du stage (si vous avez répondu à une annonce) et votre fiche d'objectifs de stage. Vous devrez être capable d'expliquer ce que vous avez écrit et éventuellement de le compléter si le recruteur vous y invite.

<sup>11</sup> Attention, certains recruteurs sont encore méfiants face à un simple lien glissé dans un mail, même si ce système se généralise notamment dans les métiers de la communication, du marketing, de l'informatique et du commerce.



Pensez aussi que même pour un stage, le recruteur risque de vous poser quelques-unes des questions « bateaux » d'un entretien d'embauche : ce que vous aimez faire ou non, ce que vous savez faire ou pas, ce que vous avez envie d'apprendre, vos points forts et vos points faibles, vos projets d'études, de métier ou de carrière. Sachez parler de vous et mettez en avant ce que vous pensez pouvoir apporter à l'organisme !

L'entretien vous conduira certainement aussi à parler de l'organisme avec votre interlocuteur. Alors puisque vous avez sans doute fait quelques recherches au moment de préparer votre lettre de motivation, c'est le moment de raviver ou compléter vos connaissances ! Avant le rendez-vous, consultez le site Internet de l'organisme, les ouvrages professionnels, questionnez votre entourage ou même, si c'est un lieu public, rendez-vous sur place pour mieux en comprendre le fonctionnement.

Enfin, essayez aussi de savoir quelle est la fonction de la personne qui va vous recevoir, cela peut faciliter l'échange.

### Poser les bonnes questions

Préparez les questions que vous souhaitez poser sur le stage et sur l'organisme : durée et lieu du stage, mission du stagiaire, nom et fonction de votre tuteur, modalités de signature de la convention de stage, composition de l'équipe de travail, etc. Si, à la fin de l'entretien, l'employeur ne vous a pas de lui-même donné toutes ces informations, interrogez-le.

N'hésitez pas à prévoir de quoi prendre des notes : cela semble sérieux et vous permettra de ne pas oublier toutes les réponses, sur le coup de l'émotion !

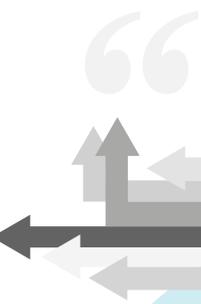


**Pour ne pas risquer de vous lancer dans un stage où l'on apprend rien** (les fameux stages « photocopie-café »), voici 10 questions à vous poser, face à une proposition de stage :

1. Quel sera mon rôle au sein du service ?
2. Quels résultats concrets attend-on de moi ?
3. Qui s'acquitte de ces missions aujourd'hui dans cet organisme ?
4. Qui sera mon tuteur ? Mon supérieur direct ? Combien de personnes encadre-t-il ?
5. Le bureau de mon référent se trouve-t-il dans les mêmes locaux que moi ?
6. Est-ce que je vais participer aux réunions internes ?
7. Combien de stagiaires travaillent en ce moment dans le service, dans l'organisme ?
8. Quel pourcentage de stagiaires reçoit une proposition d'embauche à la fin du stage ?
9. Comment sera évalué mon travail ?
10. Quel sera le lien entre mon organisme d'accueil et mon organisme de formation ?



Pensez à remercier votre interlocuteur de vous avoir reçu ! La politesse est toujours un bon point...



## Le suivi des candidatures

### Préparez un document dans lequel vous pourrez suivre vos démarches

Dès que vous envoyez une candidature, indiquez-y, pour chaque organisme contacté, ses coordonnées, le nom et la fonction de la personne à qui vous avez adressé votre candidature, puis précisez au fur et à mesure la date des rendez-vous et/ou des contacts téléphoniques, vos éventuelles relances, les réponses reçues, etc.

### Pourquoi ?

- pour vous y retrouver dans vos candidatures,
- pour savoir précisément où vous en êtes avec les différents organismes,
- pour relancer quand vous n'avez pas de réponse. Cela vous permettra par la même occasion de vous assurer que votre candidature a bien été prise en compte et de montrer votre motivation, ce qui pourra donner un coup de pouce à votre candidature.

Si vous n'avez pas de nouvelles de votre candidature une dizaine de jours après l'avoir diffusée, vous pouvez passer un appel téléphonique de relance ou envoyer un mail. Montrez-vous enthousiaste et disponible, sans être trop pressant. Votre contact a-t-il reçu votre demande ? Souhaite-t-il que vous le recontactiez ultérieurement ? Est-il intéressé ?

Les organismes filtrent les appels, soyez donc bref et précis et si vous ne pouvez pas joindre directement le recruteur, n'hésitez pas, sans être trop insistant, à demander à quel moment il peut être disponible.

En cas de refus de votre candidature, osez demander au recruteur les raisons. Ces informations pourront vous aider à retravailler votre candidature et vos arguments.

# BESOIN D'AIDE ?

Nous avons regroupé ici des organismes et des ressources qui peuvent vous aider dans vos recherches et/ou pour vos candidatures.

Si vous êtes en formation, que vous soyez élève, étudiant ou stagiaire de la formation professionnelle continue (salarié ou demandeur d'emploi), n'oubliez pas que votre établissement, vos professeurs, pourront vous accompagner dans vos recherches et vous guider pour préparer vos candidatures.

## Contacts

### ► Si vous êtes élève

Les chambres consulaires vous apportent leur soutien pour effectuer des stages pendant vos vacances scolaires (voir dispositif p. 8).

Pour découvrir les métiers de l'artisanat, rapprochez-vous de la chambre de métiers et de l'artisanat.

Pour découvrir les métiers du commerce et de l'industrie, rapprochez-vous de la chambre de commerce et d'industrie.

Dans les chambres d'agriculture, le dispositif n'a pas encore été mis en place.

Les chambres consulaires citées ci-dessous vous fourniront une convention de stage (pour les organismes de leur département et inscrits dans leur registre d'immatriculation). Elles apposeront également leur visa à cette convention et vérifieront qu'elle est accompagnée des attestations d'assurance obligatoires pour l'organisme d'accueil et pour le stagiaire.

Certaines d'entre elles vous accompagneront dans votre recherche de stage.

Attention, dans certains départements le dispositif n'a pas encore été mis en place à ce jour.

### ► Chambres de métiers et de l'artisanat (CMA)

#### Indre (36)

**Chambre de métiers et de l'artisanat de l'Indre • Centre d'aide à la décision (CAD)**

31 rue Robert Mallet Stevens - BP 296

36006 Châteauroux cedex

Tél : 02 54 08 80 16

Courriel : k.vanderloven@cm-indre.fr

[www.cm-indre.fr](http://www.cm-indre.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 8h à 12h et de 13h30 à 17h30, vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 16h30.

Délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

#### Loir-et-Cher (41)

**Chambre de métiers et de l'artisanat de Loir-et-Cher •**

**Centre d'aide à la décision (CAD)**

16 rue de la Vallée Maillard

41018 Blois cedex

Tél : 02 54 44 65 69

Courriel : cad@cma-41.fr

[www.cma-41.fr](http://www.cma-41.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h.

- Aide à la recherche,  
- délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

#### Loiret (45)

**Chambre de métiers et de l'artisanat du Loiret • Centre d'aide à la décision (CAD)**

28 rue du faubourg de Bourgogne

45000 Orléans

Tél : 02 38 62 15 64

Courriel : cad@cma-loiret.fr

[www.cm-45.fr](http://www.cm-45.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au mercredi de 9h à 12h et de 13h à 17h, jeudi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30, vendredi de 9h à 12h.

Délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

### ► Chambres de commerce et d'industrie (CCI)

#### Cher (18)

**Chambre de commerce et d'industrie du Cher**

**Point A • Esplanade de l'Aéroport**

Route d'Issoudun • 18000 Bourges

Tél : 02 48 67 80 80

Courriel : ccicompetences18@cher.cci.fr

[www.cher.cci.fr](http://www.cher.cci.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30.

- Aide possible pour rechercher votre organisme (offres de stage) et pour faire votre candidature,  
- délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

#### Eure-et-Loir (28)

**Chambre de commerce et d'industrie d'Eure-et-Loir • Service apprentissage**

Campus • 1 avenue Marcel Proust - CS 80062  
28008 Chartres cedex

Tél : 02 37 91 65 28

Courriel : dthomas@cci28.fr

[www.cci28.fr](http://www.cci28.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30.

Délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

#### Indre-et-Loire (37)

**Chambre de commerce et d'industrie de Touraine • Service apprentissage**

4 bis rue Jules Favre - BP 41028

37010 Tours cedex 1

Tél : 02 47 47 21 31

Courriel : ccitouraine@touraine.cci.fr

[www.touraine.cci.fr](http://www.touraine.cci.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 8h30 à 18h, vendredi de 8h30 à 17h30.

Délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

#### Loir-et-Cher (41)

**Chambre de commerce et d'industrie de Loir-et-Cher • Point A**

Maison des entreprises

16 rue de la Vallée Maillard

41018 Blois cedex

Tél : 02 54 44 65 04

Courriel : lbachelot@loir-et-cher.cci.fr

[www.loir-et-cher.cci.fr](http://www.loir-et-cher.cci.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.

Délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

#### Loiret (45)

**Chambre de commerce et d'industrie du Loiret • Point A**

23 place du Martroi

45044 Orléans cedex 1

Tél : 02 38 77 77 31

Courriel : apprentissage@loiret.cci.fr

[www.loiret.cci.fr](http://www.loiret.cci.fr)

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Délivrance d'une convention de stage aux élèves ayant trouvé eux-mêmes un organisme d'accueil.

### ► Si vous êtes étudiant

Renseignez-vous auprès de votre établissement pour savoir s'il dispose d'un service spécifique pour vous accompagner dans vos recherches et vous aider à préparer votre candidature.

Nous vous indiquons ci-dessous les coordonnées des services universitaires spécialisés en région Centre.

### ► Si vous êtes étudiant à l'université d'Orléans

**Espace stage emploi entreprise (ESEE) Université d'Orléans**

Maison de l'étudiant - 1<sup>er</sup> étage

Rue de Tours

45072 Orléans cedex 2

Tél : 02 38 49 45 47

Courriel : stage.emploi@univ-orleans.fr

[www.univ-orleans.fr/esee](http://www.univ-orleans.fr/esee)

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 15h.

Services dédiés aux étudiants ou anciens étudiants de l'université d'Orléans :

- aide et conseil dans la recherche de stage : prospection, réseaux professionnels, lettre de motivation, CV, entretien,
- offres de stage consultables sur le site Internet de l'Espace stage emploi entreprise [www.univ-orleans.fr/emploi-stages](http://www.univ-orleans.fr/emploi-stages) (après identification),
- documentation spécialisée, accueil et accompagnement individualisés, ateliers de recherche de stage, rencontres étudiants-entreprises, conférences pour une meilleure connaissance de l'entreprise et de ses métiers, services spécifiques pour les doctorants.

### Services stages - université d'Orléans

(services universitaires d'accompagnement à la recherche de stage)

- Collegium de droit, économie et gestion : responsable Mme Rouanet :  
Tél : 02 38 41 70 29,
- Collegium des lettres, langues et sciences humaines : responsable Mme Gebus :  
Tél : 02 38 41 71 44,
- Collegium des sciences et techniques : responsable Mme Roignot :  
Tél : 02 38 49 43 70,
- OSUC : responsable Mme Leroy :  
Tél : 02 38 49 48 01,
- Polytech Orléans : responsable Mme Proust :  
Tél : 02 38 49 48 48.

## Si vous êtes étudiant à l'université de Tours

### Maison de l'orientation et de l'insertion professionnelle (MOIP)

#### Université François-Rabelais de Tours

Bât. A - Rez-de-chaussée  
60 rue du Plat d'Étain - BP 12050  
37020 Tours cedex 1  
Tél : 02 47 36 81 70  
Courriel : moip@univ-tours.fr  
[www.univ-tours.fr](http://www.univ-tours.fr)

rubrique « orientation-insertion »  
Horaires d'ouverture : lundi de 13h30 à 17h, du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.  
Permanences : site Grandmont (BU sciences-pharmacie) : mardi de 12h30 à 16h.  
Services dédiés aux étudiants et aux diplômés de l'université de Tours :

- accompagnement dans la démarche de recherche de stage : connaissance du marché du travail, prospection d'entreprises, valorisation des formations et des compétences, lettre de motivation, CV, préparation d'entretien, passeport vie pro... (sur rendez-vous avec des chargés d'insertion du bureau insertion professionnelle),

- ateliers thématiques (thèmes ci-dessus et d'autres : projet professionnel, simulation d'entretien...),

- offres de stage sur le site R'Pro <http://rpro.univ-tours.fr> Possibilité de dépôt de CV, consultation d'offres de stage, annuaire des entreprises et des anciens étudiants,

- possibilité de rencontrer des professionnels et de découvrir des entreprises, lors de la « semaine de l'insertion professionnelle » en novembre : conférences et ateliers pour préparer, entre autres, votre recherche de stage, rencontres en direct avec des entreprises, dépôts de candidatures. Plus d'infos sur <http://sip.univ-tours.fr>

### Si vous êtes salarié ou demandeur d'emploi :

Si vous suivez une formation professionnelle continue à l'université d'Orléans ou de Tours, contactez les services cités p. 29 et 30 (ESEE, MOIP).

## Si vous êtes demandeur d'emploi

Si vous faites une évaluation en milieu professionnel, n'hésitez pas à vous faire accompagner par votre conseiller Pôle emploi.

Si vous faites un stage via la Mission locale, votre conseiller pourra également vous aider dans vos recherches et pour votre candidature.

## Associations d'aide aux demandeurs d'emploi

Nous vous citons ici quelques associations d'aide aux demandeurs d'emploi que nous avons repérées et qui peuvent vous accompagner pour la recherche de stage et la rédaction de votre candidature. N'hésitez pas à vous renseigner aussi auprès de votre structure Information Jeunesse (PIJ, BIJ, CRIJ), de votre conseiller Mission locale ou Pôle emploi, pour savoir s'ils en connaissent d'autres proches de chez vous.

### Eure-et-Loir (28)

#### Association MNCP (Mouvement national des chômeurs et précaires) • Aride Châteaudun

66 boulevard Kellermann  
28200 Châteaudun  
Tél : 02 54 82 63 94  
Permanences : mardi de 15h à 17h, jeudi de 9h à 12h.

#### Aride 28 (Association de récupération et d'insertion durable par l'emploi)

Siège : Mairie - Place Gambetta  
28200 Cloyes-sur-le-Loir  
Tél : 02 54 82 63 94  
Permanences : mardi de 9h à 12h à la Maison des associations, place de la Gare.

### Indre-et-Loire (37)

#### Relais amical Malakoff Médéric Touraine Berry

195 rue Auguste Chevallier  
37000 Tours  
Tél : 02 47 66 96 51  
Courriel : rammtouraineberry@orange.fr  
Permanences : lundi et vendredi de 9h à 12h, mardi et jeudi de 9h à 17h.

#### Solidarité nouvelle face au chômage - SNC Indre-et-Loire

37000 Tours  
Courriel : snc.tours@yahoo.fr  
[www.snc.asso.fr](http://www.snc.asso.fr)  
Pas de structure d'accueil fixe. Envoyer un mail pour tout contact.

### Loir-et-Cher (41)

#### Aride 41 (Association de récupération et d'insertion durable par l'emploi)

Mairie  
Rue des Prés  
41160 Morée  
Tél : 02 54 82 63 94  
Permanences : Aride 28 organise des cafés-emplois à Vendôme : échanges, soutien, orientation... le 1<sup>er</sup> mardi du mois de 15h à 18h au café PMU Le Neptune, 34 avenue Gérard Yvon.

### Loiret (45)

#### Entraide entre chercheurs d'emploi de la communauté Orléanaise (Ececo)

2 quai de Prague - Local n° 49  
45100 Orléans  
Tél : 02 38 22 42 41  
Courriel : ececo@wanadoo.fr  
[www.ececo.org](http://www.ececo.org)  
Horaires d'ouverture : lundi de 9h à 12h et de 14h à 17h, mardi de 14h à 17h, du mercredi au vendredi de 9h à 12h.  
Public : tout demandeur d'emploi de l'agglomération orléanaise.

#### Solidarité nouvelle face au chômage - SNC Orléans

Maison des associations  
46 ter rue Sainte-Catherine  
45000 Orléans  
Tél : 06 67 28 33 47 (M. Urbain)  
Courriel : daurbain@orange.fr  
[www.snc.asso.fr](http://www.snc.asso.fr)  
Permanences (sauf pendant les vacances scolaires) :  
- 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> jeudi du mois, de 18h à 19h30 à la Maison des associations,  
- 1<sup>er</sup>, 3<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> mercredi du mois, de 10h à 12h à la Maison de l'emploi, 18 avenue de la Bolière à Orléans-la-Source.

### ► Quel que soit votre statut

N'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre structure Information Jeunesse (PIJ, BIJ, CRIJ) pour vous faire accompagner. Certaines proposent des ateliers d'aide à la recherche de stage pour tout public.  
Retrouvez toutes les structures Information Jeunesse en région Centre sur [www.informationjeunesse-centre.fr](http://www.informationjeunesse-centre.fr) rubrique « nos lieux d'accueil ».

D'autres organismes peuvent vous guider dans vos démarches pour obtenir un stage ou pour connaître le tissu économique d'un secteur : certaines associations ou fédérations professionnelles, chambres consulaires, maisons de l'emploi, etc. Dans le secteur de l'agriculture, par exemple, l'Apecita (via la formule d'accompagnement personnalisé) et certaines chambres d'agriculture peuvent vous accompagner pour trouver un stage. Nous vous conseillons de fouiller dans la liste des sites Internet ci-après pour repérer quelques-uns de ces organismes. Vos navigations Internet vous permettront également de découvrir d'autres structures qui pourront vous aider.

### Conseils de lecture pour élèves et étudiants

« Stages en entreprise » / Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social, La documentation française, collection « les indispensables jeunes », édition 2012 (nouvelle édition prévue pour début 2015).

Ce guide pratique répond à toutes les questions relatives au stage suivi par un élève ou un étudiant : réglementation du stage, convention, droits et obligations du stagiaire.

## Sites Internet ressources

### ► Informations et conseils

#### [www.etudiant.gouv.fr](http://www.etudiant.gouv.fr)

Informations sur les stages pour les étudiants. Rubrique « insertion professionnelle » > « stages ». Vous trouverez également sur cette page une note d'information sur la réglementation des stages des lycéens en voie professionnelle et des étudiants, suite à la loi du 10 juillet 2014 tendant au développement, à l'encadrement des stages et à l'amélioration du statut des stagiaires.

#### <http://etudiantsetstages.com>

Conseils aux étudiants pour trouver, préparer et réussir leur stage. Vidéos de témoignages et de conseils de professionnels, outils d'entraînement et documentation à télécharger.

#### [www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org)

Informations sur les stages en Europe et conseils par pays. Rubrique « stages, jobs et emplois en Europe » > « stages ».

#### [www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)

Informations sur les stages possibles au collège. Rubrique « au collège » > « collège, mode d'emploi » > « les stages au collège ».

#### [www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)

Informations sur la recherche d'un stage en 3<sup>ème</sup>. Rubrique « au collège » > « classe du collège » > « la classe de 3<sup>ème</sup> » > « rechercher un stage de 3<sup>ème</sup> : mode d'emploi ».

#### [www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)

Informations sur la 3<sup>ème</sup> prépa-pro, le Dima et les stages prévus dans ces dispositifs. Rubrique « au collège » > « collégiens à besoins éducatifs particuliers » > « parcours individualisés, 3<sup>ème</sup> prépa-pro, Dima ».



[www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)

Informations sur les stages en 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> Segpa. Rubrique « emploi » > « stages en entreprises » > « les stages par niveau d'études » > « en Segpa » > « lire l'article ».

[www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)

Informations sur les stages dans l'enseignement supérieur. Rubrique « emploi » > « stages en entreprises » > « les stages par niveau d'études » > « dans l'enseignement supérieur » > « lire l'article ».

[www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)

Informations sur les stages à l'étranger après le bac. Rubrique « après le bac » > « étudier en Europe » > « partir en stage ».

[www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)

Informations sur les stages des élèves et des étudiants. Rubrique « emploi » > « stages en entreprises ».

[www.pole-emploi-evenements.fr](http://www.pole-emploi-evenements.fr)

Pour retrouver tous les événements organisés par les agences Pôle emploi (forums de recrutement, visites d'entreprise, etc.).

[www.salons-online.com](http://www.salons-online.com)

Portail des salons et événements professionnels.

<http://travail-emploi.gouv.fr>

Informations sur la réglementation du stage, pour les élèves et les étudiants. Rubrique « informations pratiques » > « les fiches pratiques du droit du travail » > « accès et accompagnement vers l'emploi » > « les stages étudiants en milieu professionnel ».

[www.urssaf.fr](http://www.urssaf.fr)

Réglementation sur les stages des élèves et des étudiants. Rubrique « employeurs » > « dossiers réglementaires » > « stages en milieu professionnel ».

[www.7etapespourtrouverunstage.com](http://www.7etapespourtrouverunstage.com)

Conseils, vidéos de témoignages et exercices d'entraînement pour la recherche de stage. A destination des collégiens et des lycéens.

► **Annuaire d'entreprises (pour repérer et/ou connaître l'organisme dans lequel vous allez postuler)**

[www.cyber-emploi-centre.com](http://www.cyber-emploi-centre.com)

Portail de sites dédiés à l'emploi et à la formation, qui référence notamment des annuaires d'entreprises.

[www.europages.com](http://www.europages.com)

Annuaire d'entreprises européennes.

[www.ficheentreprise.com](http://www.ficheentreprise.com)

Fichier des entreprises de la région Centre inscrites au registre du commerce et des sociétés. Recherches possibles par secteur d'activité, par zone géographique, etc. Accès à des informations utiles pour la recherche d'un stage : coordonnées, effectif de l'établissement, noms des principaux responsables, etc.

[www.lartisanatenligne.com](http://www.lartisanatenligne.com)

Annuaire en ligne des artisans, de l'Indre-et-Loire et du Loiret, inscrits au répertoire des métiers de la chambre de métiers et de l'artisanat. Professionnels répertoriés suivant leur qualification (artisan, maître artisan...), avec leurs coordonnées.

[www.pagesjaunes.fr](http://www.pagesjaunes.fr)

Annuaire des professionnels.

[www.pagespro.com](http://www.pagespro.com)

Annuaire d'entreprises françaises.

► **Infos, conseils, offres de stage pour tous secteurs d'activité**

Sur certains sites, vous aurez la possibilité de déposer une demande de stage, un CV et de créer des alertes pour recevoir des offres par mail.

[www.action-emploi.net](http://www.action-emploi.net)

Portail de sites sur l'emploi contenant, notamment, des sites d'offres de stage (rubrique « autres offres » > « stages ») et des sites d'information sur l'emploi qui peuvent vous aider dans la recherche de stage (lettre de motivation, CV, annuaires d'entreprises, etc.).

[www.agefiph.fr](http://www.agefiph.fr)

Offres de stage accessibles aux personnes handicapées dans la rubrique « espace candidat » > « toutes les offres ».

[www.aidostage.com](http://www.aidostage.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger, pour les étudiants.

[www.apec.fr](http://www.apec.fr)

Offres de stage, en France et à l'étranger, à partir de bac+3. Informations sur le marché de l'emploi, outils et conseils de recherche d'emploi. Rubrique « jeunes diplômés ».

[www.atoustages.com](http://www.atoustages.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger, du CAP à bac+5. Informations juridiques, conseils et fiches pratiques pour rechercher un stage, témoignages vidéos, flux RSS (actualités, manifestations, offres).

<http://campus.monster.fr>

Conseils et offres de stage, en France et à l'étranger, pour les étudiants.

[www.challenges.fr/classements/stages](http://www.challenges.fr/classements/stages)

Classement de 75 entreprises proposant des stages pour les étudiants. Avec informations sur les entreprises et liens vers les sites de recrutement.

[www.cidj.com](http://www.cidj.com)

Informations, conseils (rubrique « infos » > « stages et emplois »). Offres de stage, en France, pour collégien à étudiant (rubrique « offres stage et job »).

[www.cyber-emploi-centre.com](http://www.cyber-emploi-centre.com)

Portail de sites dédiés à l'emploi et à la formation, qui référence notamment des sites d'offres de stage (rubrique « formation » > « stage ») et des sites de conseils (rubrique « outils »).

[www.directetudiant.com](http://www.directetudiant.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger, à partir du niveau bac.

[www.emploi.org](http://www.emploi.org)

Portail de sites d'offres de stage, en France et à l'étranger.

[www.emploi-pro.fr](http://www.emploi-pro.fr)

Offres de stage. Rubrique « offres d'emploi ».

<http://emploi.trovit.fr>

Métamoteur pour trouver, notamment, des offres de stage.

[www.e-orientations.com](http://www.e-orientations.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger.

[www.fuyonsladedefense.com](http://www.fuyonsladedefense.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger.

[www.hanploi.com](http://www.hanploi.com)

Conseils. Offres de stage, en France et à l'étranger, niveau non diplômé à bac+5 et plus, accessibles aux personnes handicapées. Rubrique « offres d'emploi » > « stage/alternance ».

[www.indeed.fr](http://www.indeed.fr)

Métamoteur pour trouver, notamment, des offres de stage.

[www.iquesta.com](http://www.iquesta.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger, pour les étudiants bac+3/5.

[www.jobintree.com](http://www.jobintree.com)

Offres de stage en France.

[www.jobirl.com](http://www.jobirl.com)

Réseau social professionnel pour l'orientation des 14-25 ans. Conseils. Offres de stage (stages découverte 3<sup>ème</sup>, étudiants). Rubrique « stages ».

[www.jobstage.com](http://www.jobstage.com)

Offres de stage.

[www.kapstages.com](http://www.kapstages.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger, niveau sans diplôme à bac+5 et plus.

[www.keljob.com](http://www.keljob.com)

Métamoteur pour trouver, notamment, des offres de stage.

[www.leboncoin.fr](http://www.leboncoin.fr)

Ce site peut parfois également proposer des offres de stage.

[www.letudiant.fr](http://www.letudiant.fr)

Conseils et offres de stage, en France et à l'étranger, niveau 3<sup>ème</sup> ou sans diplôme à bac+5. Rubrique « jobs, stages, emploi » > « offres de stage étudiants ».

[www.monstageenligne.fr](http://www.monstageenligne.fr)

Offres de stage, en France et en Allemagne, pour les lycéens en voie professionnelle et les étudiants, niveau CAP à bac+5 et plus. Conseils pratiques pour la recherche de stage, législation, droits et obligations, création de CV en ligne.

[www.pagetalent.fr](http://www.pagetalent.fr)

Offres de stage pour les étudiants.

[www.pass-pro.org](http://www.pass-pro.org)

Conseils et offres de stage pour les étudiants.

[www.recrut.com](http://www.recrut.com)

Offres de stage en France.

[www.regionsjob.com](http://www.regionsjob.com)

Offres de stage en France.

[www.stage.fr](http://www.stage.fr)

Offres de stage, en France et à l'étranger.

[www.stage-alternance.com](http://www.stage-alternance.com)

Offres de stage, dans quelques régions, à partir du niveau bac.

<http://students.linkedin.com/fr>

Portail dédié aux étudiants. Utilisez le réseau professionnel LinkedIn, notamment, pour accéder à des offres de stage.

[www.studyrama-emploi.com](http://www.studyrama-emploi.com)

Conseils et offres de stage, en France et à l'étranger, niveau inférieur à bac jusqu'à supérieur à bac+5.

[www.vip-stage.com](http://www.vip-stage.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger, à partir de bac+1.

[www.wizbii.com](http://www.wizbii.com)

Réseau social professionnel d'étudiants et de jeunes diplômés. Offres de stage, en France, à partir de bac+2. Rubrique « jobs - trouver un stage ou un job ».

<http://yupeek.com>

Réseau social professionnel pour les étudiants et les jeunes diplômés. Peut vous aider dans votre recherche de stage.

► **Infos, conseils, offres de stage par secteur**

<http://alimetiers.com>

Offres de stage, en France, dans le secteur de l'alimentaire. Rubrique « travailler » > « rechercher un emploi ». Conseils, informations et lieux de stage potentiels pour un stage en 3<sup>ème</sup>. Rubrique « travailler » > « le stage découverte de 3<sup>ème</sup> ».

<http://anae.org>

Offres de stage dans le secteur de la communication événementielle. Rubrique « emploi et formation ».



[www.anefa-emploi.org](http://www.anefa-emploi.org)

Offres de stage, en France, dans le secteur de l'agriculture. Rubrique « candidats » > « consulter les stages ».

[www.apecita.com](http://www.apecita.com)

Offres de stage, en France et à l'étranger, en agriculture, agroalimentaire et environnement, niveau CAP à doctorat. Rubrique « candidats ». Renseignez-vous également sur l'accompagnement personnalisé de l'Apecita.

[www.bdsp.ehesp.fr](http://www.bdsp.ehesp.fr)

Offres de stage, en France et à l'étranger, dans le secteur de la santé publique. Rubrique « les services » > « offres d'emploi ».

[www.biep.fonction-publique.gouv.fr](http://www.biep.fonction-publique.gouv.fr)

Offres de stage dans la fonction publique. Rubrique « BIEP bourse emploi » > « rechercher une offre d'emploi ou de stage ».

[www.cap-com.org](http://www.cap-com.org)

Offres de stage dans le secteur de la communication publique et territoriale. Rubrique « espace emploi ».

[www.cosmetic-valley.com](http://www.cosmetic-valley.com)

Offres de stage dans le secteur parfumerie-cosmétique. Rubrique « offres d'emploi ».

[www.emploi-environnement.com](http://www.emploi-environnement.com)

Offres de stage dans l'environnement. Rubrique « offres d'emploi ».

[www.emploi.leem.org](http://www.emploi.leem.org)

Offres de stage, en France, du CAP au doctorat, dans le secteur de l'industrie pharmaceutique.

[www.les-industries-technologiques.fr](http://www.les-industries-technologiques.fr)

Offres de stage dans le secteur des industries technologiques (naval, aéronautique, spatial, métallurgie, mécanique, équipements énergétiques, ferroviaire, électrique, électronique, numérique, informatique, automobile). Rubrique « candidats ».

[www.lhotellerie-restauration.fr](http://www.lhotellerie-restauration.fr)

Offres de stage dans le secteur de l'hôtellerie-restauration.

[www.linkfinance.fr](http://www.linkfinance.fr)

Offres de stage en France, en assurance, banque, gestion, comptabilité, IT en finance. Rubrique « emploi ».

[www.marketvente.fr](http://www.marketvente.fr)

Offres de stage dans les secteurs du marketing et de la vente.

[www.metiersdelauto.com](http://www.metiersdelauto.com)

Pour obtenir des informations pour un stage dans les métiers de l'automobile, si vous êtes un collègien ou un lycéen. Rubrique « découverte professionnelle » > « vous êtes collègien ou lycéen ».

[www.parcs-naturels-regionaux.tm.fr](http://www.parcs-naturels-regionaux.tm.fr)

Offres de stage dans les parcs naturels régionaux. Rubrique « dernières offres d'emploi ».

[www.profilculture.com](http://www.profilculture.com)

Offres de stage dans les secteurs de la culture et de la communication.

[https://remixjobs.com](http://https://remixjobs.com)

Offres de stage dans les secteurs de l'informatique et du web.

[www.ressources-solidaires.org](http://www.ressources-solidaires.org)

Offres de stage dans le secteur de l'économie sociale et solidaire. Rubrique « travailler » puis icône « espace emploi ».

[www.revue-banque.fr/emploi-carriere](http://www.revue-banque.fr/emploi-carriere)

Offres de stage, en France et à l'étranger, en assurance, banque, gestion, comptabilité, IT en finance.

[www.sportcarriere.com](http://www.sportcarriere.com)

Offres de stage dans le secteur du sport. Rubrique « offres ».

[www.stages.defense.gouv.fr](http://www.stages.defense.gouv.fr)

Offres de stage dans les établissements des armées, niveau 3<sup>ème</sup> à bac+7.

[www.syntec-numerique.fr](http://www.syntec-numerique.fr)

Offres de stage, en France, dans le secteur du numérique (entreprises de services, éditeurs de logiciels, sociétés de conseil en technologies). Rubrique « travailler dans le numérique » > « offres d'emploi ».

**De nombreux sites d'offres d'emploi spécialisés par secteur proposent également des offres de stage.** Pour trouver ces sites, utilisez notamment :

[www.letudiant.fr](http://www.letudiant.fr)

Bancs d'essais sur des sites spécialisés (et sur des sites généralistes). Rubrique « jobs, stages, emploi » > « emploi » > « les sites d'emploi au banc d'essai » > « à consulter aussi : des comparatifs de sites d'offres d'emploi, par thématique ».

[www.liens-vers-emploi.fr](http://www.liens-vers-emploi.fr)

Portail emploi recensant, entre autres, des sites d'offres d'emploi.

Les fédérations professionnelles peuvent être une bonne source, parfois moyennant adhésion, pour connaître un secteur professionnel, pour obtenir un annuaire de professionnels, ou parfois pour accéder à des offres de stage :

[www.entreprises.cci-paris-idf.fr](http://www.entreprises.cci-paris-idf.fr)

La CCI Paris Ile-de-France propose un annuaire qui recense plus de 1600 fédérations et syndicats professionnels à compétence nationale ou régionale dont le siège est situé en région parisienne. Rubrique « services » > « études et bases de données » > « SYNDICANNU ».

[www.monstageenligne.fr](http://www.monstageenligne.fr)

La rubrique « étudiants » > « trouver de l'info par secteur » vous permettra l'accès à de nombreux sites d'informations sur les métiers et les professionnels (par exemple : les sites des associations et des fédérations professionnelles).

### ► Infos, conseils, actualités économiques, offres de stage en région Centre

Pensez-y : certains établissements de formation proposent des offres de stage en ligne.

[www.bycodel.com](http://www.bycodel.com)

Informations sur le tissu économique de l'Eure-et-Loir.

[www.campuscci.fr](http://www.campuscci.fr)

Offres de stage en Eure-et-Loir et en France. Rubrique « campus jeunes ou en recherche d'emploi » > « la bourse des stages et emploi ».

[www.centrecoc.regioncentre.fr](http://www.centrecoc.regioncentre.fr)

Informations sur l'économie, sur les filières d'excellence et sur les pôles de compétitivité de la région. Consultez également la rubrique « publications » dans laquelle vous accéderez à nombreux documents sur différents secteurs d'activité présents en région Centre.

[www.chambre-agriculture-28.com](http://www.chambre-agriculture-28.com)

La chambre d'agriculture d'Eure-et-Loir propose un appui à la recherche de stage. Rubrique « espace agriculteurs » > « y aller » > « formations » > « conseils sur les formations » > « trouver un stage en exploitation ».

[www.economie-touraine.com](http://www.economie-touraine.com)

Informations sur le tissu économique de la Touraine.

[www.firsteco.fr](http://www.firsteco.fr)

Actualités économiques par région.

[www.indre.cci.fr](http://www.indre.cci.fr)

Informations économiques sur l'Indre. Rubrique « information économique ».

[www.loir-et-cher.cci.fr](http://www.loir-et-cher.cci.fr)

Informations économiques sur le Loir-et-Cher. Rubrique « informations économiques ».

[www.loiret.cci.fr](http://www.loiret.cci.fr)

Informations économiques sur le Loiret. Rubrique « iD Loiret information économique ».

[http://lyceegaudier.com](http://http://lyceegaudier.com)

Offres de stage dans les domaines bois, finition et peinture, couverture, énergétique, carrelage, étude et économie de la construction, travaux publics, géomètre, gros œuvre. Rubrique « espace parent/élève » > « consulter les offres d'emploi et de stage ».

[www.moncherbusiness.com](http://www.moncherbusiness.com)

Informations sur le tissu économique du Cher.

[www.m2ed.fr/bourse-aux-stages](http://www.m2ed.fr/bourse-aux-stages)

Offres de stage aux alentours de Dreux.

[www.sesame-emploi.fr](http://www.sesame-emploi.fr)

Offres de stage en Touraine. Rubrique « je cherche un emploi, un stage » > « je veux consulter les offres d'emploi ».

### ► Conseils, modèles pour vos lettres de motivation, CV, entretiens

[http://cvenligne.onisep.fr](http://http://cvenligne.onisep.fr)

Pour créer son CV en ligne.

[www.cyber-emploi-centre.com](http://www.cyber-emploi-centre.com)

Portail de sites dédiés à l'emploi et à la formation, qui référence notamment des sites d'exemples et de conseils pour la lettre de motivation, le CV et l'entretien.

[www.doyoubuzz.com](http://www.doyoubuzz.com)

Pour créer facilement un CV design en ligne, l'héberger, le diffuser via Internet auprès des employeurs, et le référencer dans les moteurs de recherche.

[http://etudiantsetstages.com](http://http://etudiantsetstages.com)

Conseils et vidéos sur la lettre de motivation, le CV, l'entretien.

[http://europass.cedefop.europa.eu](http://http://europass.cedefop.europa.eu)

Pour créer en ligne un CV européen.

[http://mobamotiv.mobatek.net](http://http://mobamotiv.mobatek.net)

Logiciel gratuit d'assistance à la création de lettre de motivation.

[http://moncv.com](http://http://moncv.com)

Pour créer son CV.

[www.pass-pro.org](http://www.pass-pro.org)

Conseils pour lettre de motivation, CV et entretien.

[www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)

Conseils. Rubrique « candidat » > « mes conseils » > « mes trucs et astuces ».

[www.semantis.fr/logiciels/cvitae](http://www.semantis.fr/logiciels/cvitae)

Logiciel gratuit, destiné à rédiger sa lettre de motivation, son CV puis à suivre ses actes de candidature.

**Directrice de publication :** Nathalie Béchu  
**Rédaction/Documentation :** Pauline Pavia - Agnès Saunier  
**Édition/Publicité/Conception/Réalisation :**  
Centre Régional Information Jeunesse de la région Centre  
**Conception graphique :** carolebrandelon@comartis.fr  
**Impression :** Prévost Offset

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui nous ont accordé de leur temps pour réaliser ce guide, notamment les services régionaux de la DIRECCTE, de la DRAAF, de l'ONISEP et de Pôle emploi, ainsi que les organismes cités dans le carnet d'adresse.

La reproduction de ce guide est autorisée sous réserve de faire figurer la mention suivante :  
«Extrait du guide « Stage à tout âge », édition 2014 du Centre Régional Information Jeunesse de la région Centre».

Tirage : 10 000 exemplaires  
ISSN : 1633-0196  
Dépôt légal : supplément à l'abonnement « Actuel Centre »  
© Centre Régional Information Jeunesse de la Région Centre - novembre 2014

De l'info, du fun et des bons plans ! Suivez-nous.



[www.facebook.com/crij.2.laregioncentre](http://www.facebook.com/crij.2.laregioncentre)



[www.youtube.com/crijregioncentre](http://www.youtube.com/crijregioncentre)



[www.twitter.com/crijcentre](http://www.twitter.com/crijcentre)



# UN STAGE

à tout âge

Le réseau Information Jeunesse aussi vous aide dans votre orientation !

PIJ + BIJ + CRIJ

+ d'infos :

Centre Régional Information Jeunesse (CRIJ)  
Tel : 02 38 78 91 78

[www.informationjeunesse-centre.fr](http://www.informationjeunesse-centre.fr)



Ce projet et son évaluation sont soutenus par le Fonds d'expérimentation pour la jeunesse, mis en œuvre par le ministère chargé de la Jeunesse.

