

UN STAGE

COMMENT
M'Y PRENDRE ?


Jeudi 02/10
de 17^h30 à 19^h

LES CONFÉRENCES DE
L'ORIENTATION

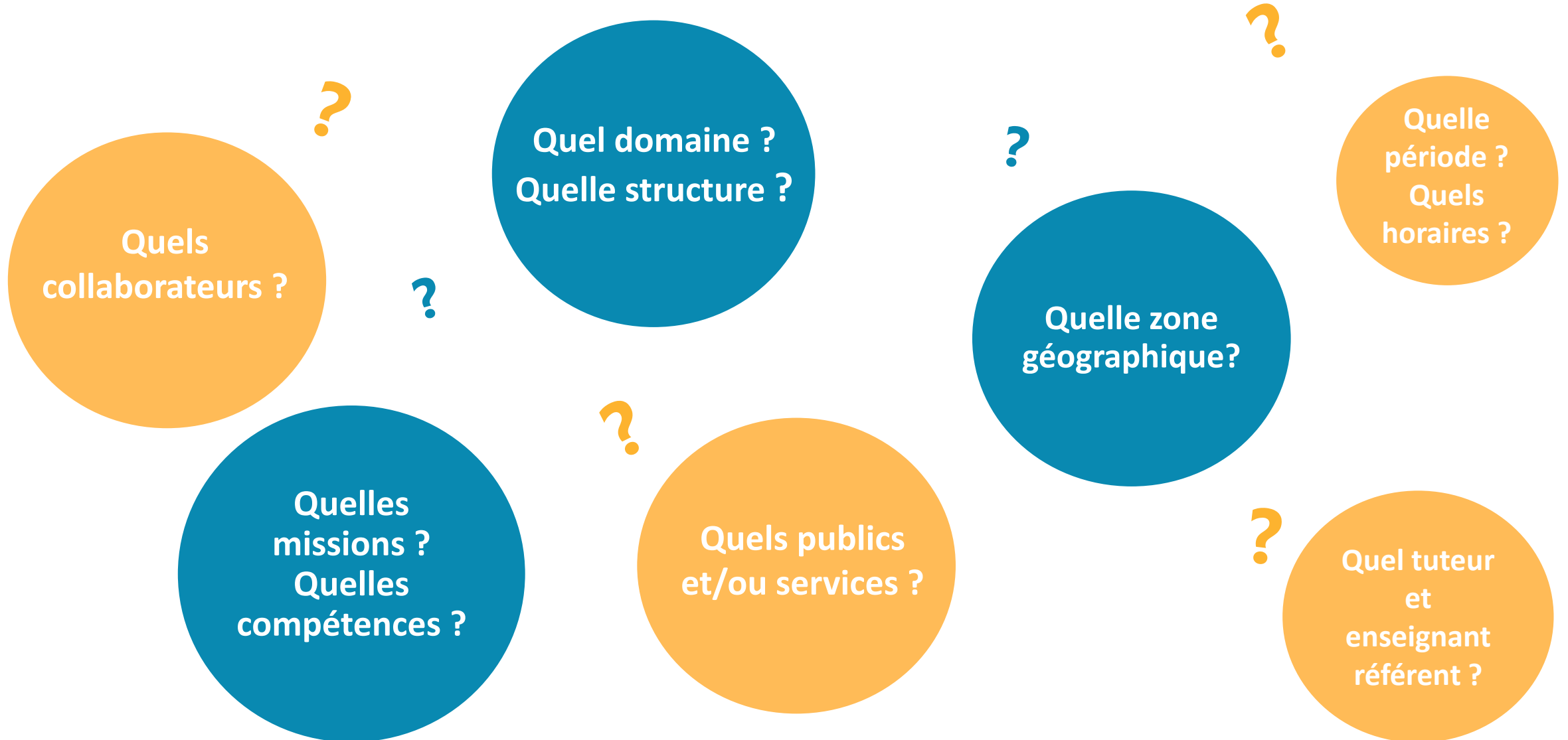


CONFÉRENCE ORGANISÉE PAR L'ESPACE ORIENTATION ET INSERTION PROFESSIONNELLE

+ D'INFOS



Quel stage dans l'idéal ?



COMMENT L'ESPACE OIP VOUS ACCOMPAGNE ?

EN INDIVIDUEL



- Profitez de conseils personnalisés
Conseillères
 - orientation
 - insertion professionnelle

HORAIRES CONSULTABLES SUR PROSE UGA



UGA
ESPACE
ORIENTATION
INSERTION
PROFESSIONNELLE

Bâtiment Pierre-Mendès-France (1^{er} étage)
640 rue des Universités
38400 Saint-Martin-d'Hères



EN PETITS GROUPES



- Participez aux ATELIERS



Infos sur :



EN AMPHIS

- Participez aux conférences



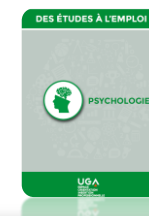
EN AUTONOMIE



- Consultez les ressources disponibles sur PROSE UGA



- ⊕ Consultez nos guides



LA PROGRAMMATION DES ATELIERS DE L'ESPACE OIP

25
-
26

J'ÉLABORE MON PARCOURS

- Réfléchir à son projet d'études
- Une journée pour mieux se connaître

JE PRENDS CONFIANCE EN MES CAPACITES

- **Mes compétences** : les identifier et les valoriser
- **Améliorer sa prise de parole** en public
- **Dépasser le stress** pour passer à l'action

JE BOOSTE MES CANDIDATURES POUR ...

- ... un stage
- ... une alternance 
- ... un master
- ... un job étudiant / d'été
- ... partir à l'international 

JE CONSTRUIS MES OUTILS

- CV 
- Lettre de motivation 
- Entretien : se préparer ! 
- Simulation d'entretien : s'entraîner

J'ABORDE LE MONDE PROFESSIONNEL

- **LinkedIn** : développer ses contacts 
- **120s pour se présenter** en toute situation 
- **Travail en équipe** : jouer pour mieux s'intégrer

Infos et inscription sur :



Les ateliers de l'Espace OIP : des séances en petits groupes, pour vous accompagner, **sur le campus ou en visio**, dans votre orientation, vos recherches de stages ou d'alternance et dans vos candidatures



Comment s'y prendre ?

Se renseigner sur
le cadre et les attendus
pédagogiques

-1-
Définir
son projet
de stage

-2-
Cibler
des lieux
de stage

-3-
Mettre
à jour
ses outils

-4-
Candidater
et
relancer

**Faire son CV n'est PAS
la première étape
d'une recherche de stage**

Et après...

-5-
Créer
sa
convention

Vivre
le stage

Réaliser
son rapport
de stage

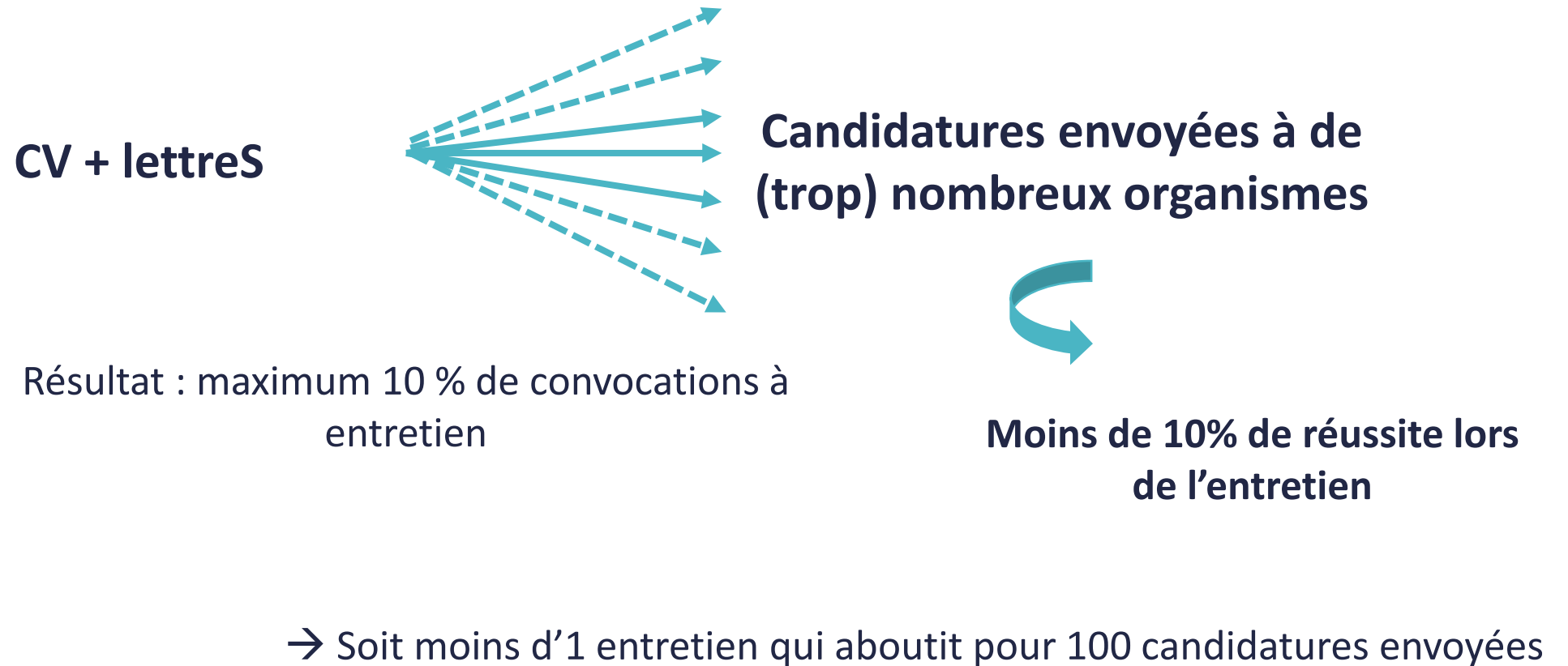
Valoriser
son
expérience

**Pensez à planifier
un BILAN de votre stage**

**Veiller à récupérer votre
ATTESTATION DE STAGE**



LES INGREDIENTS pour ne pas se disperser





LES INGREDIENTS pour ne pas se disperser

CV + lettres ~~X~~



Candidature CIBLÉE



ET RELANCES

Faire une candidature,
c'est savoir DEMONTRER l'adéquation entre :

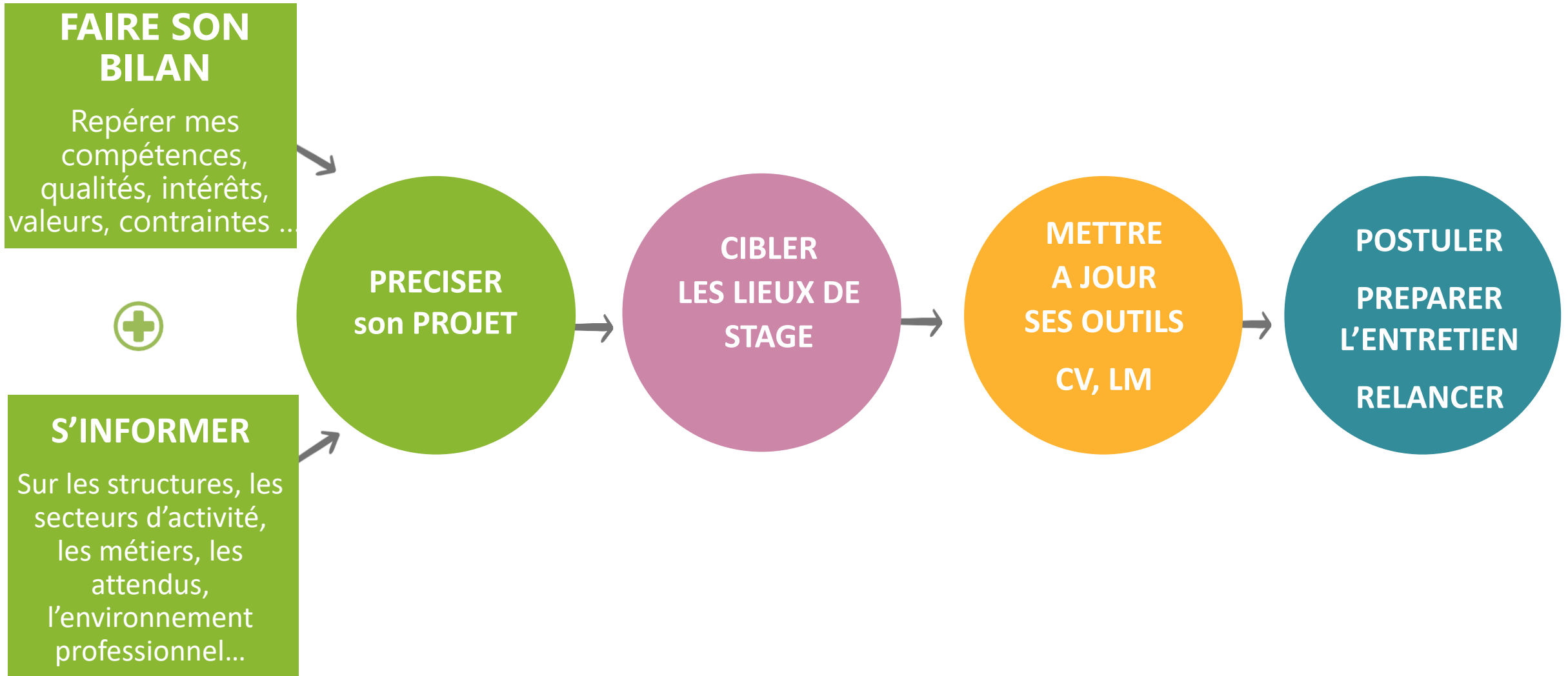
Son profil

ET

les besoins
de sa CIBLE

Ce qui suppose de
bien comprendre
sa cible !

J'identifie et anticipe les étapes pour postuler



> Et moi, où j'en suis ?

AUTO ÉVALUATION // PLAN D'ACTON

FAIRE SON BILAN

J'ai repéré mes compétences, mes qualités, mes intérêts et mes limites en lien avec mon projet de stage



Je sais en parler avec des exemples concrets



S'INFORMER

J'ai identifié les secteurs, le type de métier ou les missions que je souhaite découvrir ou réaliser lors de mon stage



PRECISER son PROJET

Je sais expliquer mon projet de stage et/ ou mon projet professionnel (quoi faire, quelles missions, où...)



Je sais parler de mes motivations



Je sais expliquer ce que ce stage va m'apporter



Je sais expliquer ce que ce stage peut apporter à la structure (entreprise...)



CIBLER DES LIEUX DE STAGE

J'ai repéré les sites pour trouver des offres de stage



Je sais analyser une offre



Je sais où trouver des lieux de stage en lien avec mon projet



Je sais comment me créer un réseau professionnel



METTRE A JOUR SES OUTILS

J'ai finalisé la trame générale de mon CV



J'ai construit la base de ma lettre de motivation



Je sais adapter mon CV et ma lettre à une offre ou pour une candidature spontanée



POSTULER PREPARER L'ENTRETIEN RELANCER

J'ai construit le tableau de suivi de mes candidatures



J'ai construit mon argumentaire en vue d'un entretien



J'ai préparé mon scénario téléphonique de relance



Etape 1

FAIRE SON
BILAN

-1-
Définir
son projet
de stage

S'INFORMER



Faire le point sur votre profil, pourquoi faire ?

- › Prendre conscience que l'on a des **expériences**
- › Prendre conscience que ces expériences se traduisent en **compétences**
- › Être en capacité d'en parler **avec assurance**

Savoir **illustrer**
ses propos



L'essentiel est de
donner vos
exemples
concrets en
précisant le
contexte

Toute expérience est enrichissante et valorisable !

VOUS AVEZ...

...travaillé en restauration rapide

...participé à une action bénévole auprès de personnes âgées

...fait de la cueillette de fruits

...été bénévole sur un festival

...réalisé un stage en lien avec vos projets

...fait le ménage dans un hôtel

...créé une association avec vos amis

...voyagé dans différents pays

CE QU'UN RECRUTEUR VOIT :

Vous savez **travailler sous pression** dans un **cadre** très précis

Vous avez des qualités d'**écoute** et vous êtes **attentif** aux autres

Vous savez travailler en **équipe**, en extérieur et dans des **conditions** parfois **difficiles**

Vous êtes **dynamique**, vous aimez travailler en groupe

Vous avez **mis en pratique** des connaissances acquises dans votre formation

Vous savez travailler en **autonomie** et à un rythme soutenu

Vous aimez **prendre des initiatives**, et vous savez respecter des **procédures** administratives

Vous êtes **curieux** d'autres cultures, vous pratiquez des **langues** étrangères

-1 -
Faire son
bilan

Des ressources utiles ...

FAIRE SON
BILAN

Atelier Découverte des Compétences // Moodle UGA

En autonomie

Les ATELIERS de l'Espace OIP » // UGA

Mes compétences : les identifier, les valoriser!

En petit groupe

Les FICHES FORMATIONS // UGA

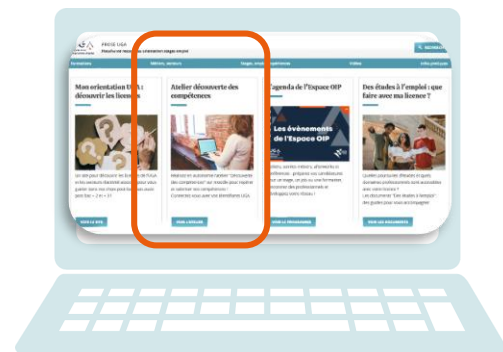
+ Les fiches RNCP // France Compétences

+ MÉTIERSCOPE // France Travail

-1 -
Faire son
bilan

Atelier découverte des compétences

Moodle



<https://cours.univ-grenoble-alpes.fr/course/view.php?id=19023> (Cours en auto-inscription)



A réaliser en autonomie
45 minutes environ



... pour valoriser
vos expériences et
vos compétences !

Des activités...



Des conseils...



Des témoignages...



Mon cliché de compétences en 3 étapes

1

Je liste mes expériences et je
choisis celle que je vais analyser

2

Je décris mon expérience à
l'aide de la méthode STAR

3

Je repère les compétences en
lien avec cette expérience

-1 -
Faire son
bilan

MétierScope // France Travail



Services ▾

Actualités ▾

Accueil France Travail / MétierScope

MétierScope

Explorez les possibles

Recherchez par mot-clé

Renseignez un métier, un secteur, des mots clés...

Exemples : Coach sportif, développement durable.

Recherchez par mot-clé

communication

Spécialiste des systèmes de communication opérationnels

Chargé / Chargée de communication

Directeur / Directrice de la communication

Directeur / Directrice artistique communication

Expert / Experte en communication et réseaux

> Le site se charge de faire une sélection de fiches métiers

> À vous de choisir celle qui vous correspond le mieux !



> Vous pouvez vous inspirer des compétences des fiches du Métierscope pour enrichir votre CV, votre lettre de motivation...

MétierScope // France Travail

- › Inspirez-vous des compétences des fiches du Métierscope pour VALORISER VOS JOBS ETUDIANTS et enrichir votre CV, lettre, pitch, entretien...

Animateur / Animatrice jeunesse

Animateur / Animatrice d'activités périscolaires [Voir tous les métiers](#) ▾

Tout savoir sur ce métier

Les missions principales

- L'animateur jeunesse conçoit, anime et encadre un programme d'activités éducatives et ludiques pour les jeunes entre 11 et 17 ans.
- Organise et anime des activités ludiques, sportives et éducatives adaptées à l'âge des participants
- Encourage la participation et le développement personnel des jeunes
- Veille à la sécurité et au bien-être des enfants et adolescents
- Favorise l'intégration sociale et le travail en équipe parmi les jeunes
- Adapte les activités en fonction des besoins spécifiques des groupes
- Assure la liaison avec les parents et les autres éducateurs pour le suivi des jeunes

Les compétences

Les savoir-faire

Ce sont vos compétences pratiques et techniques pouvant être concrètement appliquées dans des situations professionnelles.

Savoir-faire principaux



Management, Social, Soins

- Concevoir et animer des activités de détente ou de loisirs
- Concevoir le programme des activités selon les spécificités du public
- Préparer l'espace et le matériel nécessaires à la séance d'activité
- Accompagner des groupes lors de visites guidées ou sorties en extérieur
- Favoriser l'intégration sociale des jeunes
- Prévenir et résoudre les conflits
- Accueillir, orienter, informer une personne et son entourage
- Coordonner les activités pédagogiques adaptées à l'âge des enfants, des jeunes



Coopération, Organisation et Développement de ses compétences

- Expliquer et faire respecter les règles et procédures
- Veiller au respect des règles de vie collective
- Promouvoir le respect mutuel entre les jeunes
- Encourager la participation de chaque membre du groupe
- Informer les parents sur l'organisation de la structure et présenter le programme des activités aux enfants



Production, Construction, Qualité, Logistique

- Veiller à la propreté et à l'ordre dans les espaces de vie
- Superviser la sécurité des enfants et adolescents durant les activités



Pilotage, Gestion, Cadre réglementaire

- Promouvoir les valeurs éthiques et civiques
- Documenter les progrès et les incidents pour chaque jeune



Développement économique

- Evaluer la mise en œuvre d'un projet, d'un plan d'action

Savoir-faire secondaires

Les savoir-être professionnels

Ce sont vos qualités humaines et comportementales vous permettant de bien interagir avec vos collègues et votre environnement de travail en règle générale.

- Être à l'écoute, faire preuve d'empathie
- Être force de proposition
- Faire preuve de créativité, d'inventivité
- Faire preuve de réactivité

Les savoirs

Ce sont vos connaissances théoriques acquises à travers vos formations, certifiantes ou non, et vos expériences.

Techniques professionnelles

- Animation de groupes
- Techniques de motivation des jeunes
- Communication avec les enfants et les adolescents
- Méthodes de renforcement positif pour enfants
- Organisation d'événements thématiques

Domaines d'expertise

- Connaissance des jeux éducatifs
- Développement de programmes culturels
- Gestion de la diversité culturelle dans les groupes
- Procédures d'urgence et de premiers secours
- Psychologie de l'enfant

Normes et procédés

- Connaissance des réglementations des centres de loisirs
- Procédures de prise en charge des enfants mineurs
- Droit de l'enfant et protection des mineurs
- Normes rédactionnelles
- Sécurité des espaces de jeu

Produits, outils et matières

- Gestion des fournitures et équipements

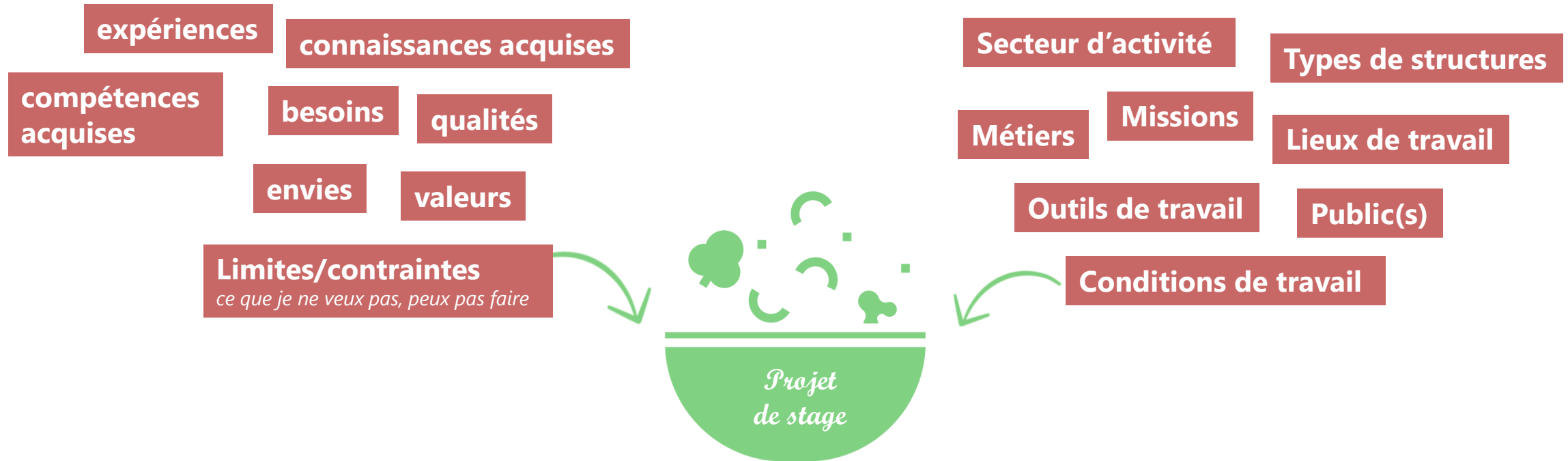


Mais aussi serveur.euse, vendeur.euse, opérateur.rice, équipier.ère... vos jobs étudiants sont représentés sur MétierScope !

Définir son PROJET DE STAGE = La recette pour le formuler !

FAIRE SON BILAN

S'INFORMER



Contexte

1/ Durant mon parcours, j'ai ...

Proposition

2/ Durant ce stage de ... mois,
- je souhaite ...
- je vous propose ...

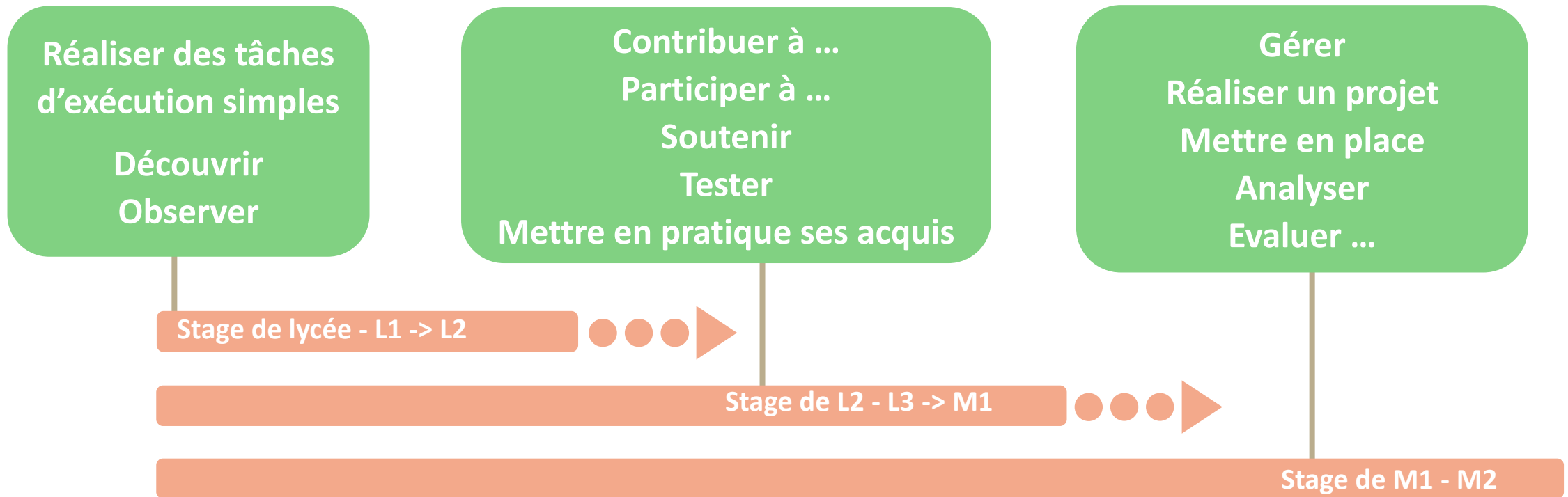
Objectifs

3/ Ce stage me permettra ...

Bénéfices

4/ Ce que je peux apporter à votre structure ...

L'évolution du stage



Evolution tout au long de votre parcours :

- › attendus du stage
- › offre de service
- › responsabilités confiées, autonomie



Les enquêtes métier
= des opportunités
à ne pas négliger

Le PROJET DE STAGE ou professionnel



Evolve et s'affine
au fur et à
mesure de vos
recherches et de
vos expériences



Aide à préciser
sa motivation et
à organiser ses
recherches



Bien définir son
projet permet de
mieux communiquer

Des ressources utiles ...

DÉFINIR SON PROJET

Atelier Découverte des Compétences // Moodle UGA

En autonomie

FAIRE SON BILAN

Les ATELIERS de l'Espace OIP » // UGA

Mes compétences : les identifier, les valoriser!

En petit groupe

Les FICHES FORMATIONS // UGA

+ Les fiches RNCP // France Compétences

+ MÉTIERSCOPE // France Travail

S' INFORMER

CATALOGUE DES STAGES // UGA

PROSE UGA // UGA

- Information sur les métiers, secteurs
- Annuaire d'entreprises et d'associations
- Les Jobs boards - Sites d'offres d'emploi

+ GUIDE DES RESSOURCES EMPLOI Vidéo

+ DES ETUDES A L'EMPLOI // UGA

+ FICHES METIERS // APEC

+ MÉTIERSCOPE // France Travail



RENCONTREZ DES PROFESSIONNELS

Participez à des EVENEMENTS // UGA

Les Soirées métiers et Afterworks,
forums, conférences, jobdating...

+ Réalisez des enquêtes métiers

-1 -
S'informer

Formations Métiers, secteurs Stages, emploi, expériences Vidéos Infos pratiques

**Mon orientation UGA :
découvrir les licences**



Un site pour découvrir les licences de l'UGA et les secteurs d'activité associés pour vous guider dans vos choix post-bac mais aussi post bac + 2 et + 3 !

VOIR LE SITE

**Atelier découverte des
compétences**



Réalisez en autonomie l'atelier "Découverte des compétences" sur moodle pour repérer et valoriser vos compétences ! Connectez-vous avec vos Identifiants UGA.

VOIR L'ATELIER

L'agenda de l'Espace OIP



Ateliers, soirées métiers, afterworks et conférences : préparez vos candidatures pour un stage, un job ou une formation, rencontrez des professionnels et développez votre réseau !

VOIR LE PROGRAMME

**Des études à l'emploi : que
faire avec ma licence ?**



Quelles poursuites d'études et quels domaines professionnels sont accessibles avec votre licence ? Les documents "Des études à l'emploi" : des guides pour vous accompagner.

VOIR LES DOCUMENTS



**Le Career Center Université
Grenoble Alpes**

Vous êtes étudiant à l'UGA et vous cherchez un stage, une alternance, un emploi, un job étudiant, ou du bénévolat ? Rendez-vous sur Career Center avec vos Identifiants UGA.

EN SAVOIR PLUS

**CATALOGUE
DES
STAGES**



**Catalogue des stages réalisés par les
étudiants de l'UGA**

Le catalogue des stages : pour vous donner des idées et vous aider dans vos recherches. (Connectez-vous avec vos Identifiants UGA).

ACCÉDER AU CATALOGUE



LJ Box, l'InfoJeunesse à 360°

LJ Box propose des dossiers thématiques, des vidéos, des quiz et des tutos sur les formations, les métiers et les secteurs d'activités. Connexion avec vos Identifiants UGA.

CONNECTEZ-VOUS



Guide des ressources emploi

Guide d'information sur l'emploi, l'économie des secteurs, la presse d'actualité, des parcours de formation suggérés, des interviews de professionnels et experts des secteurs, filières ou métiers. Connectez-vous avec vos Identifiants UGA.

CONNECTEZ-VOUS

Les RESSOURCES
principales sur la page
d'accueil

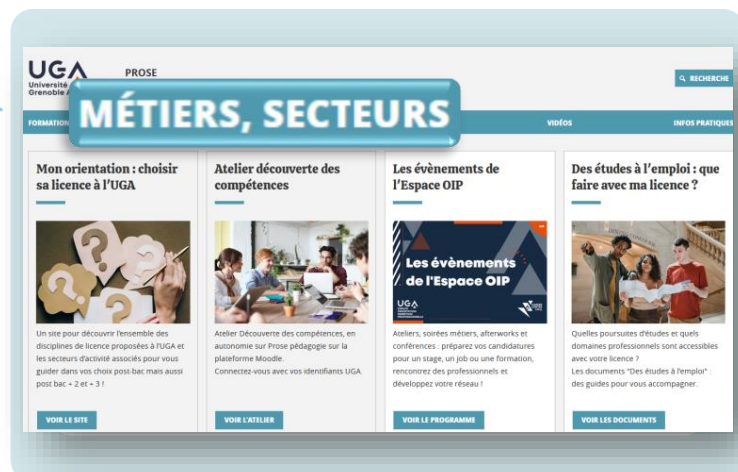
Des ONGLETS
pour accéder
aux informations
classées
par thématiques

-1 - S'informer



PROSE

Plateforme ressources orientation stages emploi



Administration, fonction publique, formation, enseignement, recherche, sécurité



Agriculture, agroalimentaire, eau, Terre, environnement



Architecture, urbanisme, géographie, tourisme



Arts, audiovisuel, culture, livre et documentation, communication, journalisme, traduction



Assurance, banque, commerce, juridique, gestion, ressources humaines



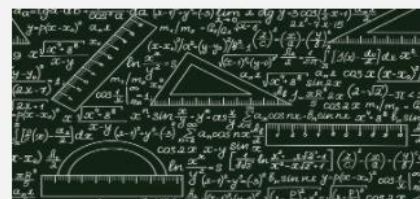
Automobile, aéronautique, énergies, génie civil, matériaux, mécanique, optique, physique



Biologie, biotechnologies, chimie, pharmacie, santé, sport

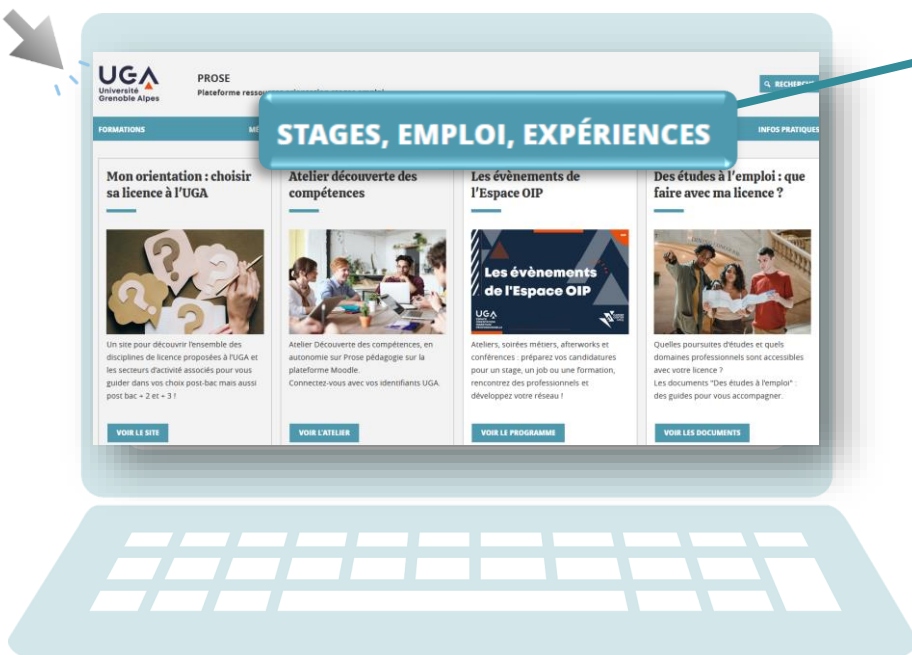


Humanitaire, psychologie, social, sociologie



Informatique, robotique, intelligence artificielle, réseaux, mathématiques, statistiques, multimédia

-1 - S'informer



STAGES, EMPLOI, EXPÉRIENCES

Ateliers, soirées métiers,
afterworks et conférences
de l'Espace OIP

Stages

Emploi, job

Alternance

Césure, entrepreneuriat
étudiant

Service civique, volontariat,
bénévolat : l'engagement
étudiant

International

Préparer ses candidatures

Travailler après l'université

- [Réglementation des stages](#)
- [Annuaire d'entreprises et d'associations](#)
- [Trouver des offres de stages](#)
- [S'informer, préparer son départ à l'international](#)
- [Offres de stages et jobs à l'international](#)
- [CV/Lettres pour l'international](#)
- [Diversifier ses expériences à l'international](#)
- [Travailler ses outils de communication](#)
- [Valoriser ses compétences et ses expériences](#)

-1 - S'informer



PROSE Plateforme ressources orientation stages emploi



CATALOGUE DES STAGES RÉALISÉS PAR LES ÉTUDIANTS DE L'UGA

35502 stages sélectionnés

Composante Niveau Mention Parcours ☒

Type d'établissement Pays Région Département ☒

Année Thématique Sujet Missions ☒

Utilisez les filtres pour préciser votre recherche
(valider après chaque filtre ☒)

Exemple : stage en psychologie

Composante	Niveau	Mention	Parcours	Etablissement	Type d'établissement	Pays
UFR Sciences de l'Homme et de la Société (SHS) - GRENOBLE	L3	Licence Psychologie		ASSOCIATION HOSPITALIERE SAINTE MARIE	Association	France
UFR Sciences de l'Homme et de la Société (SHS) - GRENOBLE	L3	Licence Psychologie	...	CENTRE DEPARTEMENTAL DE GESTION DE LA FONCTION PUBLIQUE TERRITORIALE	Etablissement public	France
UFR Sciences de l'Homme et de la Société (SHS) - GRENOBLE	L3	Licence Psychologie		DEPARTEMENT DE LA DROME	Etablissement public	France
UFR Sciences de l'Homme et de la Société (SHS) - GRENOBLE	L3	Licence Psychologie		UMGGHM	Mutuelle Coopérative	France

Sujet	Thématique	Missions
Réhabilitation psycho-sociale	Psychologie	Suivis de patients sur du moyen terme avec des ateliers, discussions de groupe, entretiens individuels ponctuels, journal écrit par les résidents du centre,..._x000D_ Service de réhabilitation psycho- sociale
Stage d'observation	Psychologie	stage d'observation, réunion d'équipe, cellule de veille
Observation en Centre Médico- Social	Psychologie	Observation du métier de psychologue dans un Centre Médico-Social
Stage de découverte/ d'observation pour le métier de Psychologue.	Psychologie	Accompagnement et observation de la pratique Psychologique.

Les annuaires sur Prose

Pour découvrir le marché de l'emploi local et réaliser des candidatures spontanées



› Les laboratoires de recherche de l'UGA

Listes des laboratoires par pôles de recherche de l'UGA

› Auvergne Rhône Alpes Entreprises Publications

Informations sur les acteurs économiques de la Région, la conjoncture et les tendances socio-économiques, les filières de spécialisation industrielles, les secteurs d'activités phares, etc.

› Annuaire des associations de Grenoble

Plus de 700 associations sont référencées.



**A ne pas négliger, surtout
pour les stages < 2 mois**

› Chambre de commerce et d'industrie de Grenoble

Fichier des entreprises de la région grenobloise et de l'Isère.

› Annuaire des entreprises Inovallée

Annuaire des entreprises de la technopole Inovallée, implantées sur Meylan et Montbonnot.

› Annuaire de l'administration et des services publics

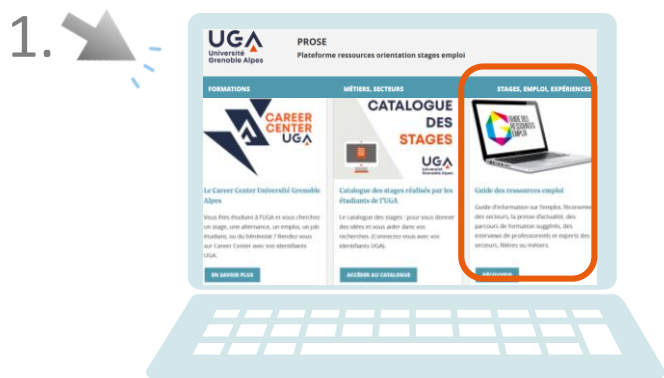
Annuaire des structures publiques locales et nationales



-1 - S'informer



Le GUIDE DES RESSOURCES EMPLOI



CAS Login

Certaines universités ou Grandes Écoles donnent un accès aux étudiants et personnels via l'ENT.

Parmi ces dernières les structures listées ci-après utilisent un système d'authentification unique (SSO) : CAS (Central Authentication Service). Si vous faites partie de l'une de ces structures, avec les identifiants ad hoc, cliquez sur l'image qui vous concerne pour accéder pleinement au service en ligne du Guide des ressources emploi.



Saisissez
vos identifiants UGA



ACCÈS DIRECT AUX FICHES GdRE



Vidéo de présentation

Etape 2



- 2 -
Cibler
des lieux
de stage

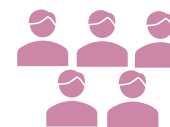
Une démarche active

Maximisez vos chances

• Offres d'emploi

14%

L'entreprise
a un besoin
et elle le diffuse



Forte concurrence
Difficultés à se démarquer

• Candidatures
spontanées

51 %

L'entreprise
ne diffuse pas
son besoin



Faible concurrence
Candidature ciblée
Soyez au clair sur votre profil
et vos motivations au
moment de la prise de
contact

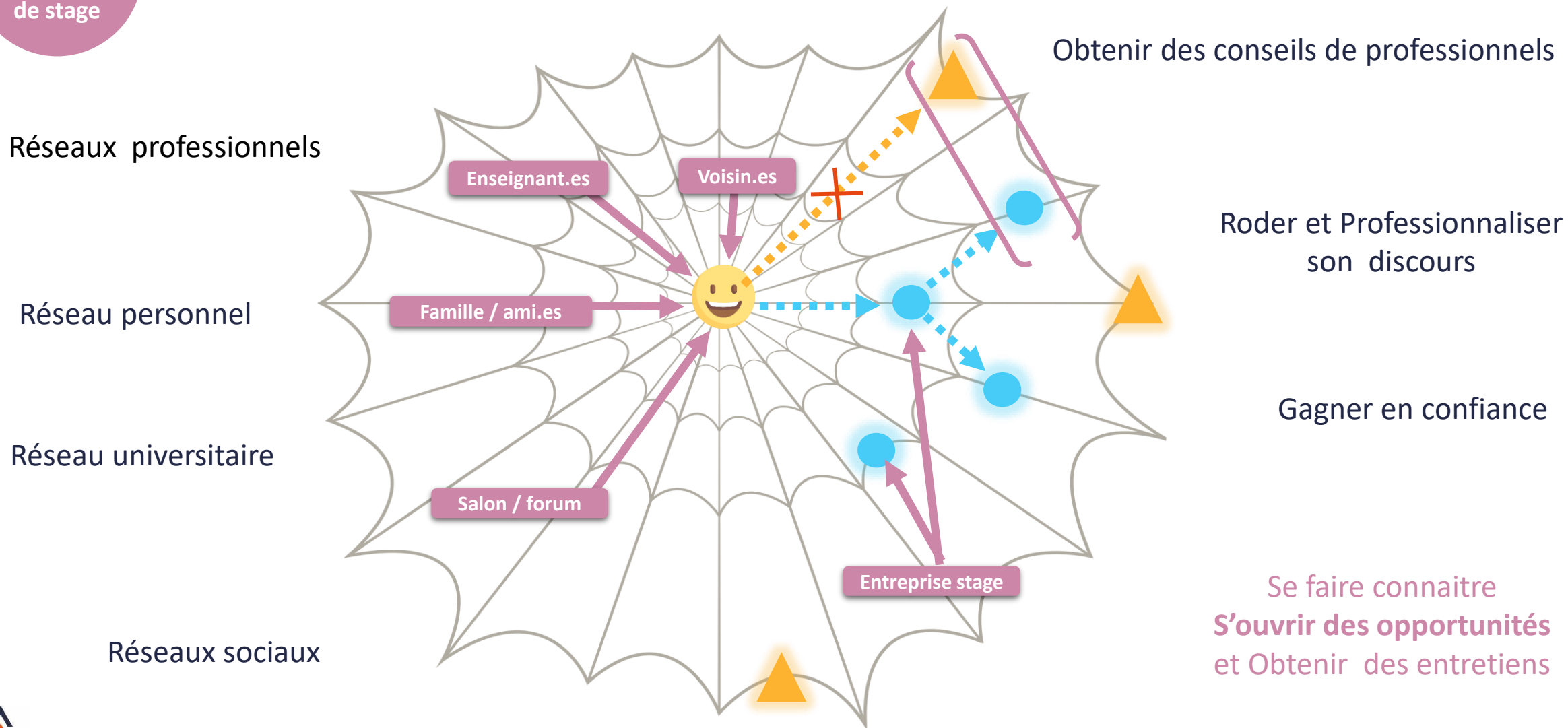
• Réseau professionnel
et perso
• Réseaux sociaux pro

35 %

- 2 -
**Cibler
des lieux
de stage**

Le réseau

> *Chaque nouveau contact vous permet d'avancer dans vos démarches.*



Des ressources utiles ...

DÉFINIR SON PROJET

Atelier Découverte des Compétences // Moodle UGA

En autonomie

FAIRE SON BILAN

Les ATELIERS de l'Espace OIP » // UGA

Mes compétences : les identifier, les valoriser!

En petit groupe

Les FICHES FORMATIONS // UGA

+ Les fiches RNCP // France Compétences

+ MÉTIERSCOPE // France Travail

S'INFORMER

CATALOGUE DES STAGES // UGA

PROSE UGA // UGA

- Information sur les métiers, secteurs
- Annuaire d'entreprises et d'associations
- Les Jobs boards - Sites d'offres d'emploi

+ GUIDE DES RESSOURCES EMPLOI Vidéo

+ DES ETUDES A L'EMPLOI // UGA

+ FICHES METIERS // APEC

+ MÉTIERSCOPE // France Travail



RENCONTREZ DES PROFESSIONNELS

Participez à des EVENEMENTS // UGA

Les Soirées métiers et Afterworks, forums, conférences, jobdating...

+ Réalisez des enquêtes métiers

CIBLER DES LIEUX DE STAGE

CAREER CENTER // UGA

LINKEDIN

+ LA BONNE BOÎTE // France Travail

+ LES ENTREPRISES QUI RECRUTENT // APEC

Les ATELIERS de l'Espace OIP » - // UGA

LinkedIn

- 2 -
Cibler
des lieux
de stage

DES EVENEMENTS pour :

- Rencontrer des professionnels
- Candidater en direct
- S'informer et développer son réseau

8-9 oct

> FORUM DES
METIERS/ Alpexpo



17 nov

> AFTERWORK



21 nov

> NUIT DE
L'ORIENTATION



25 Nov

> SOIRÉE MÉTIERS



8 déc

> AFTERWORK



> D'autres
Événements
Career Center



> Témoignage

Célia

Etudiante en M2

Management de l'innovation

Etapes 3 et 4



-3-
Mettre à
jour ses
outils

CV / LETTRE DE MOTIVATION

-> Les indispensables

1. Adaptez votre CV et votre lettre de motivation à chaque candidature
2. Utilisez les informations présentes dans l'offre ou sur les sites internet des structures pour personnaliser votre candidature
3. Valorisez vos objectifs et votre parcours
4. Cibler votre interlocuteur ou le service, à qui vous allez adresser votre candidature
5. Préparez vos entretiens dès l'envoi de votre candidature



ATELIERS

JE CONSTRUIS MES OUTILS

- CV 
- Lettre de motivation 
- Entretien : se préparer ! 
- Simulation d'entretien : s'entraîner

L'Intelligence Artificielle, oui ou non ?



Intéressant pour :

- Synthétiser une lettre de motivation trop longue
- Avoir une 1^{ère} vérification des fautes d'orthographe
- Aider à la reformulation
- Chercher des entreprises
- Obtenir des listes de questions pour se préparer à l'entretien

Méthode

Action : Je veux des informations, des conseils ...

Contexte : je suis à la recherche de ...

Tonalité : pour m'adresser à ... en gardant ma touche personnelle

Identité : Agir en tant que

Format : liste, résumé, synthèse, lettre, questions

Vigilance

- La non personnalisation de la lettre
- La mise en page ou la police qui varient d'un paragraphe à un autre
- Le vocabulaire utilisé et les capacités d'argumentation trop éloignés de vos capacités en entretien d'embauche.



- Retirer vos noms et coordonnées perso
- ORIGINALITY.AI : site qui permet de vérifier si un texte a été généré par l'IA

Recommandations

- Esprit critique
- Personnalisation
- Utiliser plusieurs IAG

(Ex : ChatGPT, Perplexity, Duck.ai, compar:IA...)



Des conseils pour booster vos candidatures !

Suivre et relancer vos candidatures

TABLEAU DE SUIVI DES CANDIDATURES																
- Informations sur l'entreprise / l'offre -								- Suivi des candidature -								
Titre de l'offre	Nom de la structure / Service	Ville	Lien si offre Internet	Contact	N°	@	Origine de la candidature	Deadline candidature	Date envoi Candidature	Réponse ?	Date de la relance	Mode de relance	Réponse ?	Date de l'entretien	Réponse ?	Commentaires
Conseillère Insertion Professionnelle (H/F)	UGA - DOIP service Stage et IP	Grenoble	Page emploi UGA	Mme XXXX (cheffe de service) + Mr YYYY (recrutement)	04-57-04-15-00	orientation-insertion@uni-grenoble-alpes.fr	CANDIDATURE SPONTANEE	10/09/2025	08/09/2025	NON	18/08/2025	TELEPHONE	OUI	25/08/2025	EN ATTENTE	

- › Il est indispensable de suivre vos candidatures
- › Ce tableau de suivi vous sera utile lors de vos prochaines recherches de stages, alternance et pour votre 1^{er} emploi

Des ressources utiles ...

DÉFINIR SON
PROJET

Atelier Découverte des Compétences // Moodle UGA
En autonomie

FAIRE SON
BILAN

Les ATELIERS de l'Espace OIP » // UGA
Mes compétences : les identifier, les valoriser!
En petit groupe

Les FICHES FORMATIONS // UGA
+ Les fiches RNCP // France Compétences
+ MÉTIERSCOPE // France Travail

S'
INFORMER

CATALOGUE DES STAGES // UGA

PROSE UGA // UGA

- Information sur les métiers, secteurs
- Annuaire d'entreprises et d'associations
- Les Jobs boards - Sites d'offres d'emploi

+ GUIDE DES RESSOURCES EMPLOI Vidéo

+ DES ETUDES A L'EMPLOI // UGA

+ FICHES METIERS // APEC

+ MÉTIERSCOPE // France Travail



RENCONTREZ DES PROFESSIONNELS

Participez à des EVENEMENTS // UGA

Les Soirées métiers et Afterworks,
forums, conférences, jobdating...

+ Réalisez des enquêtes métiers

CIBLER
DES LIEUX DE
STAGE

PERSONNALISER
SES OUTILS

POSTULER
& PREPARER
L' ENTRETIEN
-
RELANCER

CAREER CENTER // UGA

LINKEDIN

+ LA BONNE BOÎTE // France Travail

+ LES ENTREPRISES QUI RECRUTENT // APEC

Les ATELIERS de l'Espace OIP »
- // UGA
LinkedIn

Livrets Espace OIP // UGA

- CV
- Lettre de motivation

CANVA Modèles de CV gratuits
CV Designr

Les ATELIERS de l'Espace OIP »
// UGA
CV, Lettre de motivation ...

Livrets Espace OIP // UGA

- Entretien d'embauche

Les ATELIERS de l'Espace OIP »
// UGA
120s. Pour ses présenter // Entretien
d'embauche : se préparer //
Simulation d'entretien : s'entraîner

SIMULATEUR D'ENTRETIEN
// APEC



**Vos enseignants
et les référents stage des composantes**

Les permanences de l'Espace OIP

En couleur = Les ressources principales

= Pour aller plus loin

Etape 5



Anticipez
le rétro planning

-5-

Créer
sa
convention

Rappels réglementaires

Règlement des études

Le stage doit être prévu par votre règlement des études, même pour un stage facultatif.

Durée du stage

La durée maximale d'un stage est de 6 mois dans un même établissement, (ou de **924 heures** pour un stage fractionné ou à temps partiel).

Gratification du stage

En France

- › **Obligatoire** si durée du stage **> à 308 heures** (même pour un stage non continu sur l'année).
- › Facultative si durée du stage **< à 308 heures**
- › En 2025, le montant est de 4,35 € par heure de présence effective

A l'international

- › **Pas d'obligation de gratification** sauf dans les établissements à l'étranger dont le siège social est en France



Simulateur de calcul de la gratification
minimale d'un stagiaire: <https://www.service-public.fr/simulateur/calcul/gratification-stagiaire>

-5-
Créer
sa
convention

Rappels réglementaires

Une convention de stage est obligatoire

pour tous les stages, même pour les stages facultatifs

La convention décrit

les conditions définies par la loi

+ contenu du stage, durée, dates de début et de fin, horaires, lieu, gratification, avantages...

A vous de créer votre convention

Elle doit être signée par l'ensemble des **5 signataires**
en 3 exemplaires



Anticipez : minimum 2 semaines
(1 mois pour certaines composantes) et
6 semaines s'il s'agit de l'étranger.



**La convention doit être impérativement
SIGNÉE AVANT LE DÉBUT DU STAGE**

-5-
Créer
sa
convention

Les ressources



MON PROJET D'ÉTUDES ET PROFESSIONNEL

S'orienter et se réorienter

Faire un stage

Qu'est-ce qu'un stage ?

Comment trouver votre stage

La réglementation des stages

Votre convention de stage

Les stages spécifiques

Effectuer un stage à l'étranger

- Les documents indispensables
- La réglementation des stages en France
- La réglementation des stages à l'international
- Vos questions sur les stages

SE CONNECTER À L'APPLICATION PSTAGE



Rubrique Besoin d'aide !

15 min
pour tout
comprendre

Vidéo Pstage pour créer sa convention

<https://videos.univ-grenoble-alpes.fr/video/15145-creer-ma-convention-de-stage-pstage/>



FICHE DE RENSEIGNEMENTS DE STAGE
INTERNSHIP INFORMATION FORM

ATTENTION ! : Cette fiche de renseignements ne tient pas lieu de convention /

This internship description form is not an internship agreement

☛ Toutes ces informations sont utiles pour établir et gérer votre convention de stage. Le formulaire doit être rempli par le tuteur professionnel et l'étudiant avant la création de la convention de stage / This form is useful to help you create your internship agreement. It has to be filled in by the supervisor of the internship at the hosting organization and the student before a formal internship agreement is finalised.

Cette fiche ne remplace pas la procédure en cours au sein de votre composante / this form cannot replaced the process established in your department.

COORDONNEES DE L'ETUDIANT (SIGNATAIRE 1)* / STUDENT CONTACT INFORMATION (SIGNATORY 1)* :

NOM / LASTNAME : Prénom / Firstname :
N° étudiant / Student N° N° de portable / Mobile Phone
Email** :

Inscrit en (préciser la filière d'études) / Enrolled :

Enseignant référent pour l'encadrement du stage (SIGNATAIRE 2) / (SIGNATORY 2):
Referent teacher for this internship :

COORDONNEES ETABLISSEMENT D'ACCUEIL DU STAGIAIRE / HOST ORGANIZATION DETAILS

(Tous les champs sont obligatoires / to be filled in by the organization – All sections are required)

Raison sociale / Corporate name :
Représenté par (SIGNATAIRE 3)* / Represented by (SIGNATORY 3)* :
Fonction / Position :
Tél : / / / / Email** :
N° de SIRET(French organization only) : Code APE (French organization only) :

Créer
sa
convention

Convention

Les éléments à bien définir



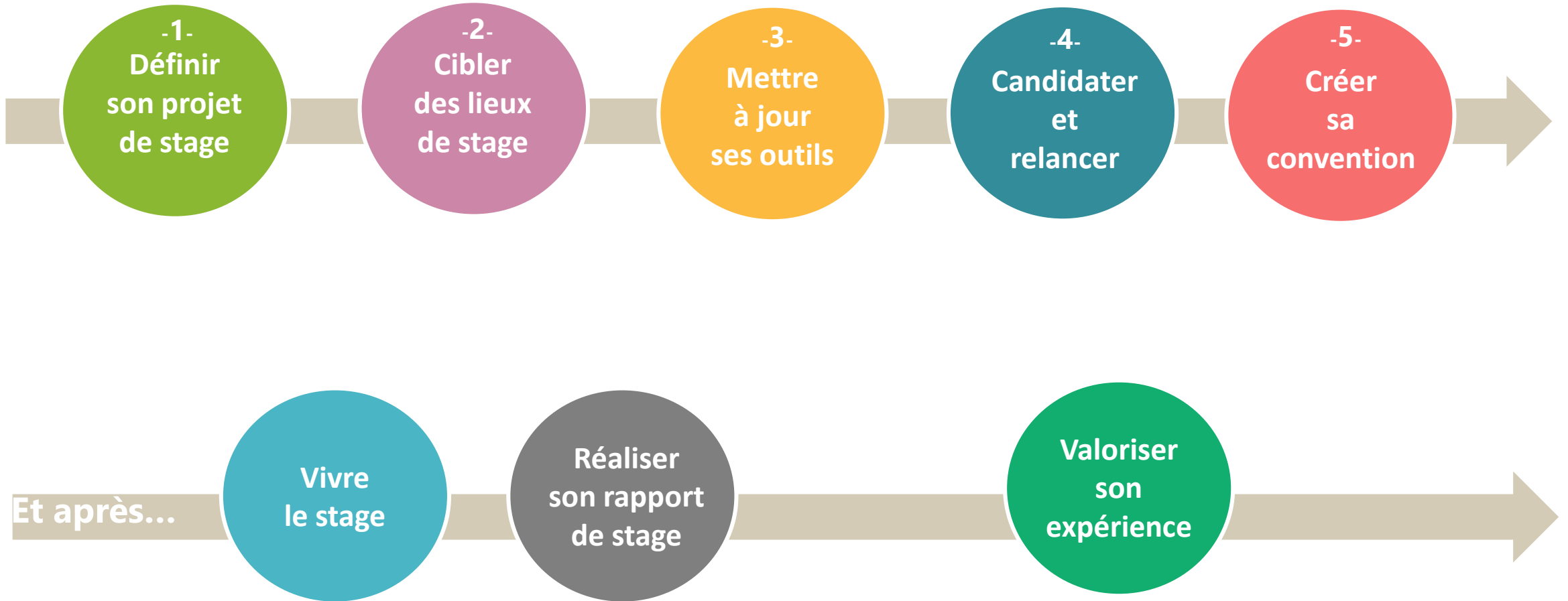
Vous mettre d'accord avec l'entreprise et votre enseignant référent sur :

- Les activités que vous allez effectuer
- Les compétences à acquérir / développer au cours du stage
- Le calendrier et les conditions de réalisation

Et plus précisément :

- › Qui sera mon tuteur ? Qui seront mes collaborateurs ?
- › Quel sera mon rôle au sein du service ? Nature de cette mission ?
- › Quels objectifs et sur quelle(s) échéance(s) ?
- › Quelles compétences universitaires seront mobilisées ?
- › Quels sont les critères d'évaluation de mon travail ? (le stage est sans obligation de résultat > ne remet en aucun cas en cause la gratification).
- › Quelles disponibilités (horaires, déplacements...), mobilité géographique ?

Etapes 6 à 8



Vivre le
stage

les 10 conseils de Maître Yoda pendant le stage

I. « Ponctuel tu seras »

**II. « Des temps de bilan
et de régulation tu anticiperas »**

**III. « Ta tenue vestimentaire
tu adapteras »**

**IV. « Des questions tu poseras et
les réponses tu noteras »**

**V. « En observateur attentif
tu te transformeras »**



**VI. « Des idées neuves tu porteras,
des initiatives tu prendras »**

**VII. « MAIS superwoman/man
tu ne seras pas »**

VIII. « Ton timing tu surveilleras ! »

IX. « Ton réseau tu démarreras »

**X. « Dans ton sac ton portable tu
laisseras »**

Valoriser
son
expérience

Les actions à mener après le stage



**Remercier l'entreprise
d'accueil et votre tuteur**



Formaliser et valoriser les compétences



**Récupérer l'attestation
de stage**



Réajuster, enrichir son CV...



**Garder contact et connaître les
suites de votre mission**

CRÉEZ VOTRE COMPTE EN MOINS DE 5 MINUTES !

(AVEC VOS IDENTIFIANTS UGA)

univ-grenoble-alpes.jobteaser.com

PRISE DE RDV

avec une Conseillère
Orientation ou
Conseillère Insertion
Professionnelle en
présentiel ou en visio

RESSOURCES

Pages entreprises,
conseils...

**CAREER
CENTER
UGA**

OFFRES

Stages, alternances,
jobs étudiant...

ÉVÉNEMENTS

Inscription aux
ateliers,
Soirées Métiers,
Conférences,
Afterworks...

NEWSLETTER

Actus de la semaine,
tips et conseils



ENEZ NOUS RENCONTRER !

L'Espace OIP vous accueille *sans rendez-vous* du **lundi au jeudi**

ORIENTATION

MATIN
| 9^H - 12^H30

APRÈS-MIDI
| 13^H30 - 17^H

Sans rendez-vous du LUNDI au JEUDI

RDV à distance possible via



INSERTION PROFESSIONNELLE

APRÈS-MIDI
UNIQUEMENT
| 13^H30 - 17^H

Sans rendez-vous du LUNDI au JEUDI

RDV à distance possible via



Bâtiment Pierre-Mendès-France (1^{er} étage)
640 rue des Universités
38400 Saint-Martin-d'Hères



04.57.04.15.00



orientation-insertion@univ-grenoble-alpes.fr

+ D'INFOS



LES CONFÉRENCES DE

L'ORIENTATION

UN
STAGE

COMMENT
M'Y PRENDRE ?



Bon courage pour vos
démarches !