

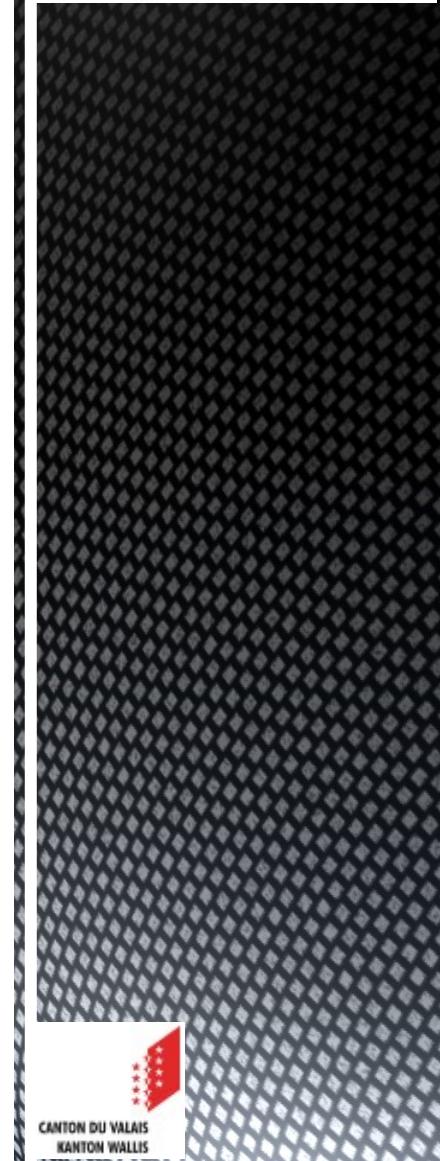
# Techniques de recherche de son premier emploi ou Job durant les études

## Stratégie – Outils – Sites Utiles



Forum Formation  
11 février 2025

Céline Bürki,  
Psychologue Conseillère en orientation  
CIO de Sierre

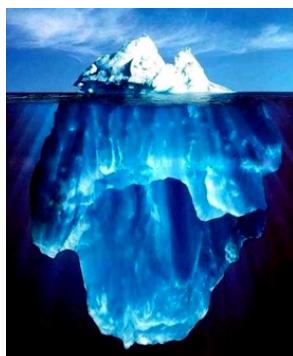


# Stratégie en 4 étapes

1. Parcours : mes points forts    2. Mes projets – le Marché



3. Repérer une place &  
Contacter le patron :  
Les 3 marchés



4. Rassurer et Convaincre





# 1. Parcours → Mes expériences marquantes

## Parcours scolaire + Diplômes



## Loisirs (sports/musique/...)



## Bénévolat



## Jobs durant les études – Expériences professionnelles



## !! Identité numérique – Que peut-on savoir de moi ?



→ quelle différence entre moi et une autre personne en fin d'études



# 1. Mon Parcours → Mes Particularités

## Parcours scolaire – Formation & Diplômes / SENS

Branches fortes – Aptitudes

Choix d'options, changement de filières?

Travaux personnels, travail de diplôme

Stages & Séjours linguistiques

## Loisirs/Bénévolat – Autres expériences

Talents d'enfance, passions

Santé – équilibre personnel – amis

Compétences sociales – Caractère – Responsabilité

Engagement pour des projets & manifestations

## Jobs d'étudiants – Expériences professionnelles

Contacts avec le marché du travail

Intégration en entreprise

Stages dans le domaine qui m'intéresse – Réseau

## Identité numérique – Que peut-on savoir de moi ?

Réputation numérique : gérer – assumer ou verrouiller

Google : recherche, alertes

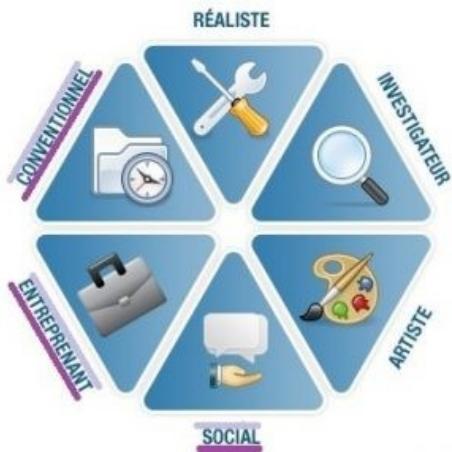
Mon parcours en ligne

→ quelle différence entre moi et une autre personne

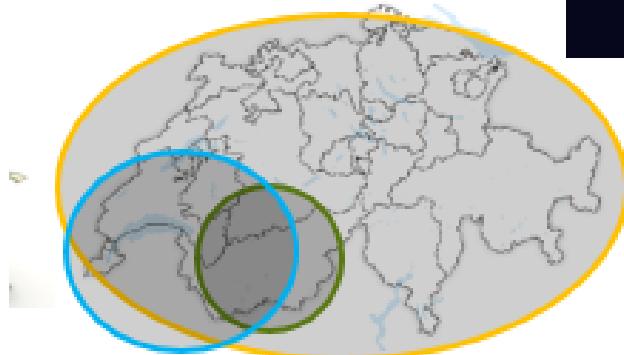


## 2. Mes projets <=> Le Marché

### Mes intérêts



### Ma mobilité



### Mes forces



### Mes Valeurs



### Culture d'entreprise



### Type d'entreprise



### Méthodes de recrutement





## 2. Mes projets <==> Le Marché

- Mes buts professionnels
- Mes forces/compétences
- Mes Valeurs dans la vie
- Mes contraintes/possibilités
- Quelles entreprises existent dans la région?
- Culture d'entreprise
- Méthodes de recrutement

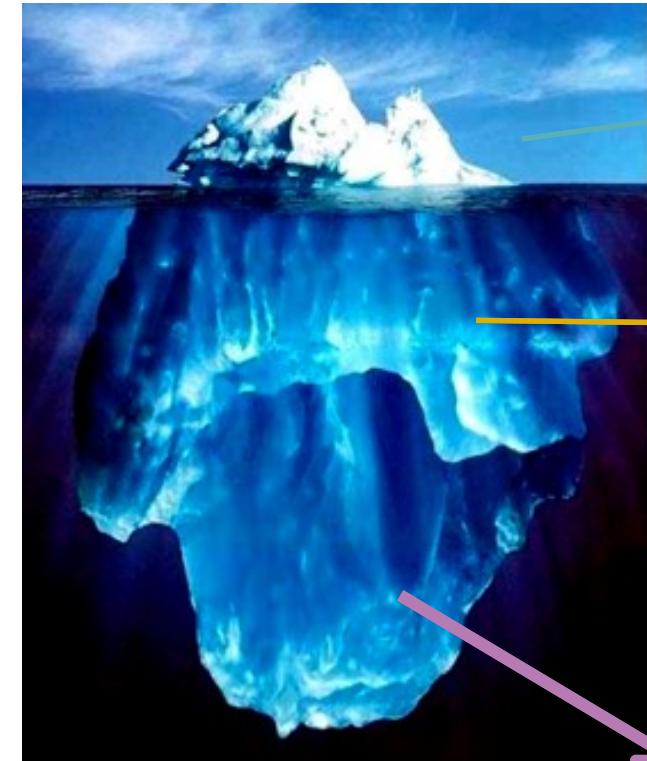


### RECRUTEMENT ET RH 2.0



### 3. Repérer une place : les 3 Marchés de l'emploi

*Comment avez-vous trouvé votre premier job d'été ?*



**Marché ouvert –  
Annonces**

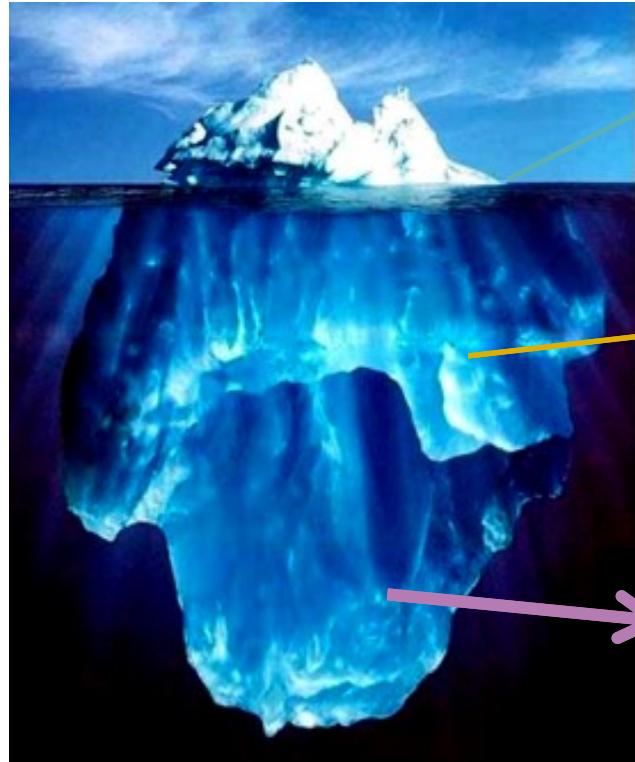
**Marché intermédiaire –  
Agences de placement  
Journées carrières**

**MARCHÉ CACHÉ – RÉSEAU,  
OFFRES SPONTANÉES,  
OPPORTUNITÉS**

# Repérer une place : les 3 Marchés de l'emploi

<https://www.orientation.ch/emploi>

[Jobs, stages, volontariat - orientation.ch](#)



## **Marché ouvert** – Annonces

Sites Internet des entreprises

Journaux / Plateforme emploi:

[www.indeed.ch](http://www.indeed.ch)    [www.job-room.ch](http://www.job-room.ch)

## **Marché intermédiaire** –

Agences de placement

- Salons/Journées carrières organisés par les écoles

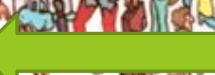
## **MARCHÉ CACHÉ – RÉSEAU, OFFRES SPONTANÉES, OPPORTUNITÉS**

Se faire connaître : stages, rencontres, réseau, manifestations, etc.

Explorer le marché de l'emploi : [www.local.ch](http://www.local.ch), média, connaissances, visites

## 4. Convaincre le patron





## **CV**

Les rubriques du CV	143
Exemples	144
Votre CV présente-t-il des lacunes ?	154
Mentir ou enjoliver son CV	160
Vous souhaitez que votre CV soit contrôlé gratuitement ?	161
	162

163

## **Lettre de motivation**

Les rubriques de la lettre de motivation	164
Exemples	169

169

## **Dépôt de votre candidature**

L'envoi par e-mail	175
L'envoi par formulaire en ligne	176

173

## **Votre liste de contrôle personnelle pour la candidature**

177



# Annonce

## Assistant Audit/Auditeur Junior - mission de trois mois à partir de mars

Academic Work

Geneve, GE

Tu es diplômé/e et possède une première expérience en Audit ou comptabilité ? Tu possèdes d'excellentes connaissances sur Excel et souhaites travailler pour une structure leader ? N'attend plus et postule en ligne !

### À propos du rôle

Tu rejoindras une équipe d'auditeurs actives avec différents type de clients corporate et tu auras l'occasion de développer tes compétences dans un environnement dynamique.

### Descriptif des tâches

- Participer aux missions d'audits des clients
- Analysier et contrôler les chiffres et informations
- Rédaction de rapports d'audit et recommandations

### Nous recherchons

- Diplômé/e en finance (HEC, HEG ou équivalent) ou brevet comptable
- Une première expérience réussie en audit ou comptabilité
- Excellente maîtrise d'Excel
- De langue maternelle française avec un bon niveau d'anglais
- Personne aimant le travail en équipe, rigoureux et proactive

Academic Work - il y a 6 jours - sauvegarder - Signaler cette offre d'emploi

- voir l'offre d'origine

# Preuves



# Convaincre le patron: Un dossier ciblé CV



Alexandre Haslin  
24 façade de l'Esplanade  
59000 Lille  
Tél. : 06 11 02 55 63  
24 ans

**INGÉNIEUR EN GÉNIE ÉLECTRIQUE  
ET INFORMATIQUE INDUSTRIEL**

**Diplômes et formations**

2008/2013 : ISEN Lille : Ingénieur Electronique, Informatique Spécialité : Systèmes embarqués  
2006/2006 : Lycée Saint Paul Bac S mention Très Bien

**Expérience professionnelle**

Depuis Janvier 2013 : Ingénieur Système embarqué - ALSTOM POWER CONTROL SYSTEMS Belfort France  
Développement d'un simulateur HIL (Hardware In The Loop) du groupe turbo-alternateur et réseau électrique pour une centrale de type EPR.

2012, 6 mois : Stage Assistant Ingénieur - VINCI ENERGIES Aix-Marseille France  
Programmation et mise en œuvre des automates programmables API Schneider-Télémechanique

2011, 6 mois : Stage EDF Lille  
Projet d'étude sur la surveillance de la production et la distribution de l'énergie électrique produite dans une centrale thermique.

2008, 1 mois : Stage Ouvrier - Schneider Electric Villeneuve d'Ascq  
Conception de systèmes à partir d'un cahier des charges.  
Réalisation mécanique, électrique, logicielle et matérielle d'un système automatisé.

**Compétences et connaissances techniques**

Automatique et informatique industrielle ;  
Conception de systèmes à partir d'un cahier des charges.  
Réalisation mécanique, électrique, logicielle et matérielle d'un système automatisé.  
Commande adaptative et commande Cymatique des systèmes à microprocesseur.

Information et communication :  
Système d'exploitation : Unix, Linux, Windows2000/NT/XP/2003, MS-DOS.  
Langages de programmation : C++, Visual Basic, UML(1.4 et 2.0), Turbo Pascal.  
Programmation en Assembléier : Intel 8086/8088, microcontrôleur 68HC11 (Motorola).  
Simulation sur Matlab/Simulink, Labview, Pspice, Electronic workbench, Orcad, TestinView, Controcad.

Bureautique :  
Microsoft Word, Excel, PowerPoint, Access, Open Office, Lotus Notes.

Langues :  
Anglais TOEIC 780 Espagnol Pratique en Ivoir

Loisirs et sports :  
Photo, football, handball, natation. Loisir : alpinisme, camping.

### Certificat de travail

Nous soussignés certifions avoir eu à notre service du 1<sup>er</sup> janvier 2004 au 31 août 2010  
Monsieur Jean-Pierre Ryter  
Né le 4 mai 1965

en qualité de conseiller de vente au sein de notre Totopt de Sierre.

Monsieur Ryter a débuté comme vendeur-ressortisseur à notre Totopt de Martigny et dès le 1<sup>er</sup> mai 2004, il a été transféré à notre point de vente de Sierre.

Dans le cadre de cette fonction, Monsieur Ryter a assumé les tâches suivantes :

- Vente et service à la clientèle
- Mise en place de la marchandise
- Tratement des commandes, des retours et des déclamations
- Remplacement du gérant en son absence

Depuis le début de son activité au sein de notre société, Monsieur Ryter a rempli sa fonction à notre entière satisfaction et son attitude a été appréciée. Personne précise et structurelle, nous remercions Monsieur Ryter pour ses bonnes connaissances professionnelles, son implication personnelle et sa polyvalence.

De par son caractère agréable, Monsieur Ryter a entretenu de très bonne relations avec ses collègues, ses supérieurs ainsi qu'avec notre clientèle.

Monsieur Ryter nous quitte ce jour, à sa demande, et nous lui adressons nos meilleurs vœux pour son avenir.

Paulo Da Silva  
Gérant  
Sebastien Hofstetter  
Conseiller en personnel

Lausanne, le 31 aout 2010

Coop Sociale Coopérative  
Rue Chauvaz 3-5  
1001 Lausanne  
Suisse  
Tél. +41 21 321 70 49  
Fax +41 21 321 70 49  
www.coop-coop.ch  
023119187680

Martina Maierhofer  
Obernörbach 17  
94542 Haarbach  
Allemagne  
martina.maierhofer@esc-e.fr  
Tél. : +3781511901  
L'Oréal International

41, Rue Martre  
92217 Clichy Cedex  
France

Références: Annonce 15171  
Objet: Stage Marketing Opérationnel- L'Oréal Luxe

Paris, le 20 octobre 2013

Madame, Monsieur,

Comme j'ai fait de la recherche sur votre entreprise pour une présentation, j'ai remarqué votre annonce pour ce stage dans votre site internet. Comme je pense que je peux remplir les conditions avec mes qualifications, je voudrais poser ma candidature à ce stage.

Actuellement je suis étudiante dans le 5<sup>ème</sup> semestre à l'École Supérieure du commerce Extérieur (ESCE) à Paris où j'effectue mon semestre à l'étranger que le programme Erasmus me permet. Pour pouvoir appuyer la théorie dans la pratique, je me cherche un stage à Paris à partir de janvier pour une durée de 6 mois.

Je me suis décidée pour une candidature chez L'Oréal parce que cette entreprise a un grand portefeuille des marques internationales, qui attire chaque groupe cible. Moi-même, je suis cliente des produits de L'Oréal, surtout de Garnier, et pour cela je suis très intéressée à pouvoir se faire une idée des autres marques et divisions, surtout L'Oréal Luxe.

Comme je suis en train de faire ma matière principale à Marketing actuellement, je me prête à faire un stage dans ce service. Je suis très serviable et j'aime bien travailler en équipe. C'est pourquoi je me présente à vous pour ce stage. Je suis également intéressée par la division "Studentinternships". C'est une organisation qui défend les intérêts des étudiants et en plus on fait beaucoup de projets ensemble. En plus je peux vous soutenir bien dans le lancement des nouveaux produits parce que j'ai de l'expérience dans ce domaine. Récemment j'ai participé avec un groupe à un concours d'innovation dans le cadre de l'ESCE dont le but était de créer un nouveau produit. Ce projet m'a aidé de prouver ma créativité. En plus je suis aussi très fiable et ambitieuse. J'ai acquis la base pour faire un audit des marques ce qui est aussi nécessaire pour cet offre.

Je me tiens à votre entière disposition pour vous exposer plus précisément, lors d'un entretien, mes motivations.

Dans l'attente de votre réponse je vous prie de croire, Madame, Monsieur, en l'assurance de ma considération distinguée.

Martina Maierhofer  
Martina Maierhofer



# Convaincre le patron: Un dossier ciblé

## Announce

### Assistant Audit/Auditeur Junior - mission de trois mois à partir de mars

Academic Work

📍 Genève, GE

Tu es diplômé/e et possède une première expérience en Audit ou comptabilité ? Tu possèdes d'excellentes connaissances sur Excel et souhaites travailler pour une structure leader? N'attends plus et postule en ligne!

#### À propos du rôle

Tu rejoindras une équipe d'auditeurs actives avec différents type de clients corporate et tu auras l'occasion de développer tes compétences dans un environnement dynamique.

#### Descriptif des tâches

- Participer aux missions d'audits des clients
- Analyser et contrôler les chiffres et informations
- Rédaction de rapports d'audit et recommandations

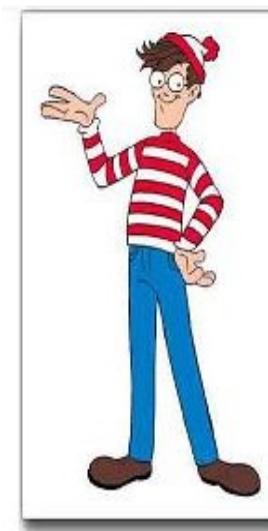
#### Nous recherchons

- Diplômé/e en finance (HEC, HEG ou équivalent) ou brevet comptable
- Une première expérience réussie en audit ou comptabilité
- Excellent maîtrise d'Excel
- De langue maternelle française avec un bon niveau d'anglais
- Personne aimant le travail en équipe, rigoureux et proactive

Academic Work - il y a 6 jours - [sauvegarder](#) - [Signaler cette offre d'emploi](#)

- [voir l'offre d'origine](#)

- Répondre aux points de l'annonce → rassurer
- Seulement ensuite mentionner bonus → convaincre
- Si pas d'annonce, se mettre à la place de l'employeur pour anticiper ses besoins
- Garder les points critiques pour l'entretien
- Attention aux détails (délai, personne de contact, annexes demandées)





CV

Jonas Tapiès	jonas.tapiès@provider.com
Avenue des Bons Amis 15	Né le 15 janvier 1990
1234 Boncompte	Célibataire
Mobile 000 000 00 00	Suisse
	photo
<b>OBJECTIF</b>	
Intégrer le département Audit Industrie en tant qu'assistant Audit afin de m'impliquer sur différents mandats et contribuer à la recherche de solutions optimales pour vos clients.	
<b>FORMATION</b>	
Bachelor en Gestion d'entreprise	Obtention prévue juin 2011
Maturité Commerciale	2007-2008
CFC de commerce	2004-2007
<b>EXPERIENCE PROFESSIONNELLE</b>	
Analyste et synthèse	2007 – A ce jour
Rigueur et méthode	(20%) Depuis 2008
Organisation	
Initiative	
Travail d'équipe	
Autonomie	
Capacité d'anticipation	
Recherche de solutions	
Sens du challenge	
Persévérance	
Responsabilité	
<b>ACTIVITÉS PARALLÈLES</b>	
Centre de voile Wistr, Genève	Depuis 1991
• Participation à diverses courses, telles que La Bouée 2008, Le Mât 2010	
• Brevet de moniteur de voile	
• Cours d'initiation à la voile (adultes + enfants ; groupe de 4 à 6 personnes)	
2008 (en saison)	
<b>LANGUES</b>	
Français : langue maternelle	
Anglais : bon niveau, B2 du Standard Européen des langues	
Allemand : Intermédiaire, A2 du Standard Européen des langues	
<b>INFORMATIQUE</b>	
Windows 2007 – PHP – HTML – Google Analytics Pro	
<b>CENTRES D'INTÉRÊTS</b>	
Voile, jeu d'échecs	

# Convaincre le patron: Un dossier ciblé

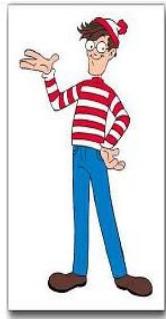
## Rubriques :

- Données personnelles et photo
- Titre/objectif
- Formation
- Expérience professionnelle / Stages
- Compétences
  - Du domaine
  - Informatique
  - Langues
- Loisirs / Bénévolat
- Références

<https://www.vs.ch/web/osp/postuler-pour-un-apprentissage-un-stage>

<https://www.orientation.ch/emploi>

[https://talendo.ch/fr/career\\_starter](https://talendo.ch/fr/career_starter)



# Lettre

Marek Rzeka  
Chemin de Lecluz  
4321 Ladigue

Madame Amélie Lecourdau  
Responsable des Ressources Humaines  
Service Industriels  
4321 Ladigue

Ladigue, le 15 mars 2010

Concerne: Offre de services

Madame,

Votre travail sur le terrain a ceci de remarquable qu'il est toujours envisagé en collaboration étroite avec les ingénieurs locaux. J'ai développé un intérêt particulier pour l'Afrique grâce à mon activité auprès de l'association Óvitale. Fortement motivé à rejoindre l'une de vos missions sur ce continent, je vous présente ma candidature en tant que jeune ingénieur spécialisé en hydraulique et énergie auprès de votre département EXPORT.

Le stage que j'effectue actuellement auprès du bureau REV-A-GE me permet d'expérimenter le métier d'ingénieur tout en collaborant avec d'autres corps de métiers. Ce stage m'offre également la possibilité de comprendre pleinement ce qu'implique un projet de « réhabilitation » d'infrastructures hydrauliques. C'est un projet extrêmement motivant. Fort de mon expérience au Burkina Faso, je souhaiterais mettre à profit tant mes connaissances techniques que mon énergie au service de projets de réhabilitation de réseaux de distribution d'eau potable et d'assainissement dans les pays du Sud.

Possédant une ouverture sur le monde et curieux de pouvoir partager mes connaissances avec des ingénieurs provenant d'horizons et de cultures diverses, c'est avec beaucoup de motivation et que je m'investirais dans les projets dont je serais en charge.

Dans l'optique d'une prochaine rencontre au cours de laquelle je pourrai vous démontrer ma motivation à rejoindre votre équipe, je vous prie d'agréer, Madame, l'expression de ma meilleure considération.

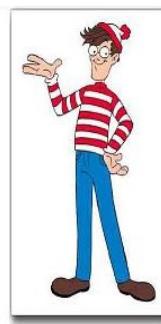
Marek Rzeka

# Convaincre le patron: Un dossier ciblé

- Une page maximum
  - Complémentaire au CV
  - Mise en évidence d'éléments positifs (motivation, expériences, compétences, disponibilité, etc.)
  - Relire sa lettre à tête reposée (grammaire, orthographe, détails)
- 
- Structure :  
*Vous : Pourquoi je vous écris?*  
*Moi : Que puis-je vous apporter?*  
*Nous : Quelle suite ensemble?*



# Preuves



# Convaincre le patron: Un dossier ciblé

coop

MINISTÈRE DE LA JEUNESSE, DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA RECHERCHE



- Récolter les **preuves** de chaque étape
- **Officielles**
  - Diplômes
  - Attestations de stage
  - Certificat de travail
  - Prix de faculté
- **Informelles**
  - Photos de mes réalisations
  - Personnes de référence



## Certificat de travail

Nous soussignés certifions avoir eu à notre service du 1<sup>er</sup> janvier 2004 au 31 août 2010

**Monsieur Jean-Pierre Ryter**  
Né le 4 mai 1960

en qualité de conseiller de vente au sein de notre Toptip de Siemre.

Monsieur Ryter a débuté comme vendeur/ensemblier à notre Toptip de Martigny et dès le 1<sup>er</sup> mai 2004, il a été transféré à notre point de vente de Siemre.

Dans le cadre de cette fonction, Monsieur Ryter a assumé les tâches suivantes :

- Vente et service à la clientèle
- Mise en place de la marchandise
- Traitement des commandes, des retours et des réclamations
- Remplacement du gérant en son absence

Depuis le début de son activité au sein de notre société, Monsieur Ryter a rempli sa fonction à notre entière satisfaction et son attitude a été appréciée. Personne précise et structurée, nous relevons ses très bonnes connaissances professionnelles, son implication personnelle et sa polyvalence.

De par son caractère agréable, Monsieur Ryter a entretenu de très bonnes relations avec ses collègues, ses supérieurs ainsi qu'avec notre clientèle.

Monsieur Ryter nous quitte ce jour, à sa demande, et nous lui adressons nos meilleurs vœux pour son avenir.

Paulo Da Silva  
Gérant Toptip

Sébastien Hofstetter  
Conseiller en personnel

Lausanne, le 31 août 2010

Coop Société Coopérative  
Ressources Humaines  
Direction Trading

Rue Chauvaz 3-5  
1023 Lausanne  
Suisse

Tel. +41 21 321 70 43  
Fax +41 21 321 70 49  
N° TVA 4986000  
maria.picard@coop.ch  
www.coop.ch



# Convaincre le patron: l'entretien

! La première impression est déterminante



Rassurer sur mes points faibles

Convaincre avec mes points forts



# Convaincre le patron: l'entretien



## Rassurer sur mes points faibles

- Pas assez d'expérience?
- Maturité?
- Aptitude à s'intégrer dans une équipe?
- Connaissance du monde professionnel?
- Identité numérique/Dossier

## Convaincre avec mes points forts

- Mettre en avant le parcours et les liens avec les exigences du poste
- Parler de mes atouts
- Montrer que je suis préparé, que je connais l'entreprise
- Parler de ma motivation, mes projets



## **! La première impression est déterminante:**

Attitude, Energie, Respect, Motivation  
Présentation, Attitude non verbale, Poignée de main  
Gestion du stress, Confiance

# Soutien aux jeunes diplômés

- IPT – projet Jeunes@work
  - [valais@jeunesatwork.ch](mailto:valais@jeunesatwork.ch) [www.jeunesatwork.ch](http://www.jeunesatwork.ch)
- Employé-e-s de commerce: SEC Suisse
  - [www.secsuisse.ch](http://www.secsuisse.ch) → *apprentissage, après l'apprentissage → emploi*
- Blogs/sites spécialisés dans la recherche d'emploi pour les jeunes
  - [www.johdi.ch](http://www.johdi.ch) ou [www.etudiants.ch](http://www.etudiants.ch)
- Recherche après une formation tertiaire :
  - [https://talendo.ch/fr/career\\_starter](https://talendo.ch/fr/career_starter)
- Conseils en recherche d'emploi et informations sur le marché de l'emploi, et sur les perfectionnements
  - [www.vs.ch/web/osp/publications](http://www.vs.ch/web/osp/publications) → *rechercher un emploi*
  - [www.orientation.ch](http://www.orientation.ch) → *travail et emploi* → *rechercher un emploi*
- Autres ressources utiles sur la recherche d'emploi
  - ORP: <https://www.arbeit.swiss/secoalv/fr/home.html> et [www.job-room.ch](http://www.job-room.ch)

# Conclusion

## □ **Comment je suis ?**

- Identifier ses atouts - Parler de soi, sortir du lot
- Valoriser son parcours, ses forces et compétences

## □ **Où je vais?**

- Parler de ses intérêts, de ses projets, montrer la motivation
- S'informer sur le marché – s'intéresser aux employeurs
- Cibler les postes recherchés (fonction – secteur – type d'entreprises)

## □ **Comment je fais ?**

- Cibler son message dans un dossier complet
- Rester attentif aux 3 marchés – diversifier les méthodes
- Développer son réseau

## □ **J'augmente mes chances ☺**

- Inspirer confiance, rassurer, se montrer crédible
- Etre proactif – oser!

## □ **Soutien aux jeunes diplômés:** s'informer et en profiter!

- Merci pour votre attention !
- Questions ?

Bonne suite dans votre  
parcours

