



## TRE 1er emploi

Vous recherchez votre premier emploi après la réussite de votre apprentissage ou de vos études et vous désirez optimiser votre campagne de candidature ? Cette formation très concrète vous permettra de mieux identifier vos atouts, d'améliorer vos documents et de bénéficier d'un entraînement individualisé pour les entretiens d'embauche !

### Public cible

Jeunes diplômés tous niveaux (AFP, CFC, ES, HES, UNI, etc.) venant de terminer leurs formations

### Objectifs

#### 1) Evaluer ses chances sur le marché du travail

- Inventorier ses expériences et identifier les compétences mises en œuvre
- Se renseigner sur les exigences du marché du travail
- Définir des cibles professionnelles adéquates

#### 2) Mettre en œuvre et suivre une campagne de candidature

- Inventorier les entreprises susceptibles d'offrir les postes recherchés dans une zone géographique définie
- Rédiger des documents valorisants et adaptés aux cibles
- Rechercher des informations sur les opportunités d'emploi (internet, réseau, annonces, presse, contact direct, etc.)
- Contacter de manière adéquate les entreprises-cibles (1er contact, relance, suivi)

#### 3) Se présenter lors d'entretiens, contacts professionnels, visites spontanées

- Argumenter de manière valorisante et appropriée lors d'un entretien d'embauche
- Adopter une tenue et un comportement adaptés aux circonstances

### Méthodes de travail et organisation

Alternance réflexion et pratique : les activités de réflexion ou d'échange alternent avec des activités très concrètes et pratiques

Orientation pratique : le cours est en lien avec la réalité quotidienne de la recherche d'emploi

Dans la partie Atelier, le formateur accompagne les participants dans leurs démarches

### Durée

10 jours à raison de 56 périodes de 45 min

### Nombre de participants

12 participants



## Contenu

### 1) Bilan et entretien d'embauche

- Présentation personnelle générale
- Parcours professionnel détaillé, ressources, activités, résultats...
- Synthèse des compétences fortes, skills
- Personnalité, comportements, qualités et « défauts »
- Explication du projet professionnel
- Réponse aux objections
- Préparation de l'entretien en général
- 2 entretiens individuels de coaching

### 2) Documents de candidature

- Curriculum Vitae
- Lettre spontanée
- Révision des certificats
- Lettre de réponse à une annonce
- Lettre de demande d'entretien d'information ou orientation
- Utilisation du mail et de sites de recherche d'emploi
- Création et analyse de profil LinkedIn

### 3) Assessment

- Evaluation informatique
- Test de langues (allemand et anglais)
- Test de comptabilité (pour employés de commerce)
- Test de personnalité et d'intérêt

### 4) Recherche d'emploi

- Constitution d'une base d'adresses
- Recherche d'informations sur le secteur d'activité
- Recherche de postes vacants sur internet et dans la presse
- Préparation et mise en œuvre d'une campagne de candidature