



**MAISON DE
L'ORIENTATION**

Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.



FOIRES ET ÉVÉNEMENTS D'ORIENTATION

Guide de préparation

ÉLÈVES

RECHERCHE
APPRENTISSAGE, STAGE

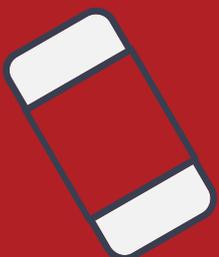


Table des matières

À la recherche d'un apprentissage/poste d'apprentissage ou d'un stage	2
Je me prépare !	2
Idées et perspectives	3
Activité 1 : Remplis dans le titre quelle perspective tu analyses.	4
Activité 2 : Mes conditions de travail idéales	6
Activité 3 : Quelques questions sur la/les perspective(s) choisie(s)	7
Mon plan pour la foire :	9
mes interlocuteurs compétents – mes questions principales	9
Je prépare ma visite (foire en présentiel/virtuelle)	11
Objectif : Renseignements sur le monde du travail et les différents domaines associés	11
Objectif : Renseignements sur les formations, stages et apprentissages	12
Un dernier check	13
Tu es à la recherche d'un stage	13
Tu es à la recherche d'une formation ou d'un apprentissage	14
Informations sur les conditions et délais – apprentissage	15
Préparer un dossier de candidature (spontanée)	16
Aperçu et recherches sur les entreprises présentes à la foire	17
Annexe 1 : Mes qualités, valeurs, intérêts et expériences	18
Mes qualités	19
Mes activités scolaires et extrascolaires	22
J'aime	25
Je n'aime pas	26
Mes valeurs professionnelles	27
Annexe 2 : Activités liées au monde du travail	29
Mes domaines professionnels préférés	29
S'informer sur le monde du travail	30
Interviewer des connaissances sur leur activité professionnelle	34
Comment associer mes intérêts, compétences et talents à mon futur plan d'avenir ?	36

À la recherche d'un apprentissage/poste d'apprentissage ou d'un stage

Je me prépare !

Il est indispensable de bien se préparer à la visite d'une foire. Tu auras l'occasion de te renseigner personnellement auprès de professionnels en fonction de tes propres intérêts, talents et compétences. Il s'agit pour toi d'en tirer un maximum d'informations et de conseils qui te permettront d'avancer dans tes projets.

Par conséquent, il va falloir, dans un premier temps, que tu disposes de tous les éléments nécessaires. Une bonne préparation des rencontres potentielles suppose par exemple :

- d'avoir une vue claire sur les raisons et les objectifs de la visite,
- d'identifier une première série de questions auxquelles tu pourras trouver des réponses lors de l'événement.

À noter que dans le cas d'une foire virtuelle, quelques spécificités sont à considérer.

Les activités suivantes peuvent guider tes réflexions. Elles sont déclinées en plusieurs étapes, de la mise au point de tes qualités, intérêts et valeurs, la découverte de tes options jusqu'à leur évaluation et la formulation de questions.

Si tu prépares cette visite avec un orienteur ou enseignant de ton lycée, vous allez voir ensemble quelles activités seront utiles pour toi et lesquelles peuvent éventuellement être remplacées par d'autres exercices.

Idées et perspectives

Les premières années de lycée, tu n'es pas obligé d'avoir une idée concrète de ce que tu souhaites faire à l'avenir. Par contre, il est important de noter pendant ces années les idées qui te viennent en tête pour être prêt au moment de la décision, afin de savoir, au moment du choix de la section ou de la formation à poursuivre, ou en classe de première de savoir si tu préfères intégrer le marché du travail ou poursuivre des études.

Voici des tableaux dans lesquels tu peux noter ce que tu aimerais faire. Par la suite, tu pourras analyser si ta ou tes perspectives choisie(s) correspondent à l'idée que tu en as. L'objectif de ce travail de réflexion est de te faciliter la prise de décision au moment venu.

Note ton/tes plan(s) de formation et de carrière.

Ma/mes perspective(s) d'études :	
Ma/mes perspective(s) de carrière :	

Si tu as choisi plusieurs perspectives, remplis l'exercice suivant plusieurs fois, alterne de perspective de métier ou de formation. Peut-être que les résultats te surprendront.

Avant de choisir une voie de formation ou une profession/un métier et afin de profiter un maximum de ta visite, il est important de t'assurer que la voie choisie correspond bien à ta personnalité et à tes aspirations.

Pour ce faire, tu peux compléter le tableau suivant. Il peut t'aider à voir dans quelle mesure une formation, une profession, un apprentissage ou un poste (de stage) particulier pourra te convenir.

Il permet de relier les connaissances que tu as acquises sur toi-même avec une perspective de formation et/ou professionnelle. Peut-être que tu disposes déjà de la plupart des informations à fournir, alors, il te suffit d'évaluer si tes projets sont en accord avec tes connaissances et ta personnalité.

Sinon, la foire pourra être l'occasion pour toi de trouver des réponses à tes questions, notamment en sollicitant les conseillers et professionnels présents. Tu peux également y recueillir de nouvelles idées, puis compléter la liste pour examiner de nouvelles idées.

Tu n'es pas obligé de tout remplir, mais plus tu en découvres, mieux c'est. 😊

Activité 1 : Remplis dans le titre quelle perspective tu analyses.

Moi	Ma perspective de :	Match parfait ?
Quels types d'activités est-ce que j'aime faire (ex. interagir avec d'autres personnes, activités manuelles, faire des recherches approfondies ...) ? Activité : J'aime	Ces activités correspondent-elles au choix mentionné ci-dessus ? Mon choix mène-t-il à ce que les activités que j'aime fassent partie de mon futur travail journalier ? Ma perspective comprend-elle des activités que j'aimerais essayer pour voir si elles me correspondent ? (Note-les pour voir s'il existe une possibilité)	
Quelles sont les activités que je ne souhaite pas effectuer ? Quelles activités me mettent mal à l'aise ? Activité : Je n'aime pas	Ma perspective comprend-elle des éléments que je n'aime pas faire ? Dans quel rythme et dans quelle mesure ?	
D'après moi, quelles conditions sont requises pour pratiquer ou exécuter ma perspective ? Activité : Découvrir les études et formations	Ces conditions me correspondent-elles ? Selon quelles conditions puis-je atteindre mon objectif ?	
Quel(s) domaine(s) m'intéresse(nt) ? Activité : Mes domaines professionnels préférés	Puis-je mettre à profit mes connaissances/mon savoir dans la formation/profession visée ?	

<p>Qu'est-ce qui me passionne ? Quelles sont les valeurs que je défends ?</p> <p>Activité : Mes valeurs professionnelles</p>	<p>Quelles valeurs sont importantes dans la perspective choisie (valeurs soutenues par un institut de formation) ?</p> <p>Quels décalages entre mes valeurs et cette perspective pourraient apparaître ?</p> <p>Comment y faire face ?</p>	
<p>Quelles sont mes qualités ?</p> <p>Activité : Mes qualités</p>	<p>Ces qualités contribuent-elles de manière positive à la réalisation de la perspective choisie ?</p> <p>Quelles qualités ou aptitudes devrais-je encore développer ?</p>	
<p>Avec qui est-ce que j'aime particulièrement travailler ?</p> <p>Qu'est-ce qui est important pour moi, chez mes collègues et mes patrons ?</p>	<p>À qui serais-je confronté dans le milieu choisi ?</p> <p>Les manières d'interaction et les individus dans la profession ou formation me correspondent-ils ?</p>	

Activité 2 : Mes conditions de travail idéales

Moi		Le métier de :		Match parfait ?
Quelles conditions de travail fonctionnent particulièrement bien pour moi ? <i>Barre ce qui ne te correspond pas.</i>		Que sais-je des conditions de travail dans la profession envisagée ? <i>Barre ce qui ne te correspond pas.</i>		 
heures de travail régulières	horaire mobile	heures de travail régulières	horaire mobile	 
temps plein	temps partiel	temps plein	temps partiel	 
contact avec les autres	pas de contact avec les autres	contact avec les autres	pas de contact avec les autres	 
rythme annuel constant	rythme avec des pics de travail et des phases calmes	rythme annuel constant	rythme avec des pics de travail et des phases calmes	 
travail d'équipe	travail individuel	travail d'équipe	travail individuel	 
voyage	pas de voyage	voyage	pas de voyage	 
travail assis	travail debout ou physiquement exigeant	travail assis	travail debout ou physiquement exigeant	 
plus de formation continue	moins de formation continue	plus de formation continue	moins de formation continue	 
tenue formelle	tenue informelle	tenue formelle	tenue informelle	 
Autres :		Autres :		 

Activité 3 : Quelques questions sur la/les perspective(s) choisie(s)

Moi	Ma perspective de :	Match parfait ?
Quelles sont mes limites physiques ?	Y a-t-il des exigences physiques particulières ? (être debout toute la journée, horaires décalés, ...)	
Avec quelles autres priorités de la vie les conditions de travail devraient-elles être compatibles ? (famille, loisirs, sport, bénévolat...)	Dans quelle mesure les conditions de travail correspondent-elles à mes priorités en matière de loisirs et de famille ?	
Quelle(s) responsabilité(s) souhaiterais-je assumer (à court terme / à long terme) ?	Quelles seront mes responsabilités dans la perspective choisie ?	
Quel est l'objectif que je souhaite atteindre dans cette profession ?	Quelles sont les perspectives de développement ? Comment le salaire évolue-t-il ?	
Quelles exigences ai-je pour commencer ma carrière ? (niveau scolaire, résultats scolaires, autres diplômes et expériences)	Quelles sont les attentes envers les jeunes professionnels de la profession envisagée ? Est-ce que je réponds déjà à ces exigences ?	
Quelles exigences dois-je remplir pour entrer dans la profession ? (apprentissage, diplôme de fin d'études, études, permis de conduire ...)	Qu'est-ce que je suis prêt à faire pour les atteindre ?	

Combien d'emojis as-tu donnés ?

 _____

 _____

 _____

Plus de  : Potentiellement une carrière à entamer !

Plus de  : Il faudrait que je m'informe davantage.

Plus de  : Ce métier ne me correspond pas.



Cette analyse te montre quel type de questions poser pour peser le pour et le contre.

Elle te donne une première idée de choix de métier, mais à la fin c'est ton choix, ta décision.

Mon plan pour la foire : mes interlocuteurs compétents – mes questions principales

Pourquoi ?

Pour profiter au maximum de la foire, il est recommandé d'établir un plan pour la visite et de noter les questions principales que l'on souhaite clarifier. Sinon, on risque de se perdre dans la pluralité de stands, d'informations et de discours offerts.

Comment ?

Un tel plan peut être établi en trois étapes :

1. **Note les informations que tu souhaites obtenir** ou d'autres objectifs pour la visite de la foire.
2. Consulte le programme des conférences et le plan des entreprises sur place et **choisis les discours et interlocuteurs** qui peuvent être intéressants au vu de tes intérêts et perspectives.
3. **Note les questions principales** en complétant le tableau à la page suivante.



Le plan et les questions seront déterminés par tes intérêts et projets.

Questions Informations que je souhaite obtenir	Exposants Qui peut m'aider ou répondre à mes questions ?	Réponses

Je prépare ma visite (foire en présentiel/virtuelle)

Voici toute une série de questions proposées et regroupées selon différents objectifs.

Tu pourras choisir librement, adapter et compléter les questions :

Objectif : Renseignements sur le monde du travail et les différents domaines associés

- Quelles sont les activités principales de votre entité ?
- Quelles sont les activités les plus importantes au cours d'une journée de travail ou d'une journée type ?
- Quels sont les horaires de travail au sein de votre entreprise ?
- Y a-t-il beaucoup d'activités différentes ou sont-elles pour la plupart les mêmes ?
- Est-ce que le lieu de travail est toujours le même ou varie-t-il ?
- Travaillez-vous plus à l'extérieur, dans un bureau, dans un atelier ou sur des chantiers ... ?
- Est-ce principalement un travail individuel ou en équipe ?
- Quels matériaux et outils sont utilisés ?
- Quelles sont les compétences requises pour intégrer votre entreprise ?
- Quelles compétences sociales sont les plus importantes pour vous ?
- Quels sont les défis qu'il faut savoir gérer pour travailler chez vous ?
- Quels sont les avantages et les inconvénients de la profession ?
- Quelles possibilités d'avancement (de carrière) y a-t-il dans ce domaine ?
- Quel serait votre conseil si je voulais absolument faire mon stage/travailler chez vous ?
- Comment se déroule un apprentissage chez vous ? (encadrement, déroulement concret, ...)
- En quoi consistent les activités que je serais censé effectuer chez vous (plutôt manuelles, intellectuelles, administratives, ...) ?
- Quel lycée me recommanderiez-vous pour la formation professionnelle que j'ai choisie ?
- Comment intégrez-vous la thématique du développement durable dans votre entreprise ?
- À qui puis-je m'adresser si j'ai plus de questions ?



Certaines réponses peuvent différer en fonction des interlocuteurs que tu rencontreras.
Profite de la richesse de cette complémentarité.

Objectif : Renseignements sur les formations, stages et apprentissages

- Sur quoi pouvez-vous me renseigner ?
- Quelle est la particularité de votre établissement ?
- En quoi votre établissement diffère-t-il des autres ?
- Y a-t-il dans votre établissement une personne qui peut m'accompagner dans mes démarches ?
- Je ne suis pas décidé : Quelle formation correspondrait le mieux à mes intérêts et compétences ?
- Je m'intéresse à ... et j'aimerais faire une formation qui me permet de ... :
Quelles formations/stages/apprentissages me conseillez-vous ?
- Quelle est l'offre de formations professionnelles (dans votre établissement) ?
- Dans le cadre de la recherche d'un stage ou d'un apprentissage, quelles qualités sont les plus valorisées ?
- Quelle(s) entreprise(s) me recommanderiez-vous pour faire mon apprentissage ?
- Quelles sont les démarches à suivre pour conclure un contrat d'apprentissage et quels sont les délais ?
- À quel diplôme aboutit la formation XY ?
- Quel est le taux de réussite ?
- Comment sont organisés les examens de XY ?
- Quels sont les éventuels débouchés une fois que j'aurai le diplôme XY « en poche » ?
- Quelles sont les conditions d'admission dans l'établissement XY ?
- Quelles sont les matières à forts/faibles coefficients ?
- En quoi consiste le contenu de la matière XY ?
- À qui puis-je m'adresser si j'ai plus de questions ?

Un dernier check

Maintenant que tu as recueilli tes informations personnelles, voici comment te préparer à la foire ou à l'événement d'orientation, si :

Tu es à la recherche d'un stage

- J'ai consulté les offres en amont.
- J'ai retenu plusieurs entreprises pour faire mon stage.
- Je me suis informé sur les entreprises qui m'intéressent.
- Je sais quelle profession et quelles activités j'aimerais découvrir pendant le stage.
- J'ai examiné si mes forces, mes intérêts et mes souhaits correspondaient à la profession.
- J'ai échangé des idées avec mes parents, mes amis et mes professeurs et éventuellement avec un conseiller d'orientation.
- Je sais comment postuler pour un stage.
- J'ai rédigé mon curriculum vitae (CV).
- J'ai rédigé ma lettre de motivation.
- J'ai mémorisé l'heure de mon rendez-vous.
- J'ai choisi une tenue vestimentaire adaptée.
- J'ai préparé mes documents de candidature (lettre de motivation, CV, copie du dernier bulletin, photo, certificats d'engagement, d'autres documents en fonction de l'entreprise).
- Je suis prêt pour l'entretien :
 - J'ai pratiqué l'entretien seul ou/et avec d'autres.
 - Je sais ce que fait l'entreprise auprès de laquelle je postule.
 - Je peux justifier mon choix de stage.
- J'ai réfléchi à des questions pour l'entreprise.
- J'ai informé mon professeur de l'engagement de l'entreprise.
- J'ai signé une convention de stage, qui a été signée avec mes parents et l'entreprise.

Consultez les liens suivants :



- [Lettre de motivation - ADEM](#)
- [Curriculum vitae - Europass](#)
- [Job & Stages - ANIJ](#)
- [Faire un stage ou travailler comme élève ou étudiant](#)

Tu es à la recherche d'une formation ou d'un apprentissage

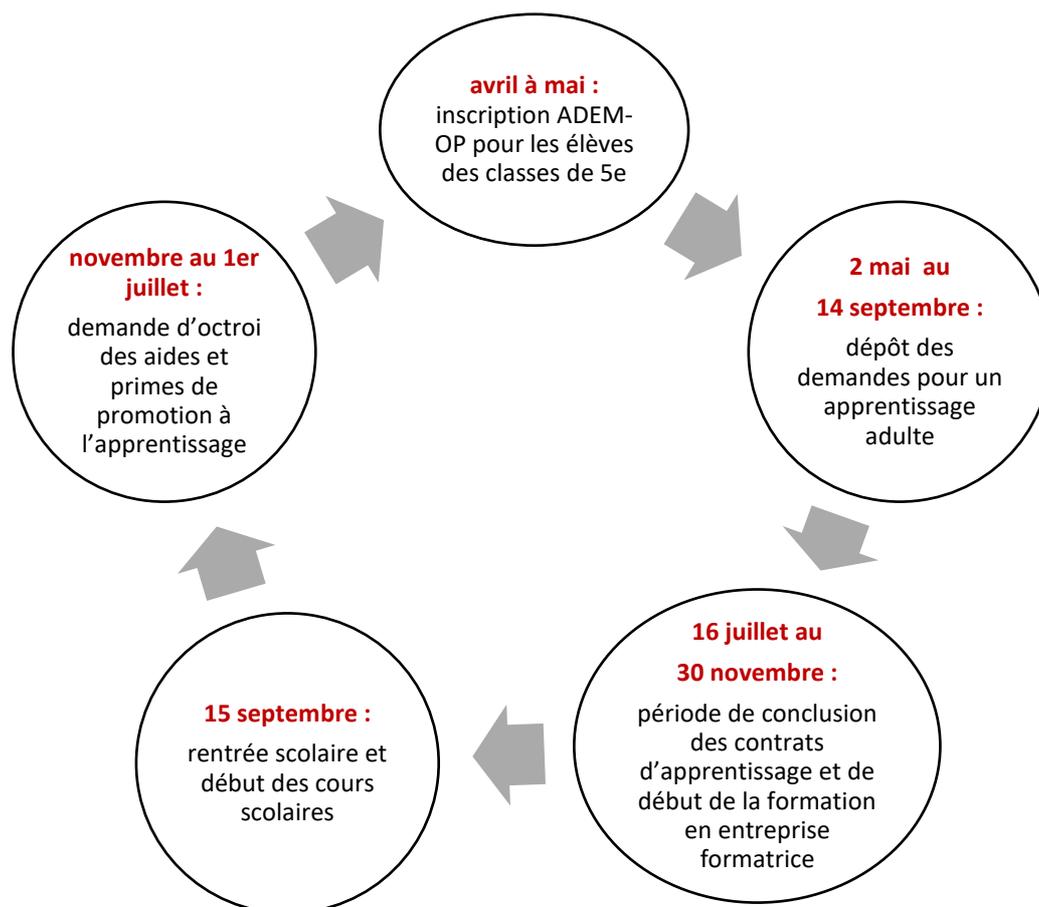
- Je me suis informé sur les formations existantes.
- Je me suis informé sur les conditions d'accès.
- Je me suis informé sur les délais pour postuler pour un poste d'apprentissage/pour m'inscrire à une formation.
- J'ai rédigé mon curriculum vitae.
- J'ai rédigé ma lettre de motivation.
- J'ai consulté les offres en amont et m'informe sur les entreprises qui m'intéressent.
- J'ai vérifié les offres de postes d'apprentissage avec un membre de la cellule d'orientation (cf. fichier élève).
- J'ai choisi le ou les secteur(s) d'activités qui m'intéressent.
- J'ai trouvé un patron ou des patrons qui m'intéressent.
- J'ai pris un RDV avec une entreprise qui m'intéresse.
- J'ai mémorisé l'heure de mon rendez-vous.
- J'ai choisi ma tenue vestimentaire.
- J'ai rempli mon dossier d'apprentissage.
- J'ai remis mon dossier d'apprentissage à l'ADEM-OP.
- Je me suis informé à quelle fréquence je dois me rendre dans l'entreprise et à quelle fréquence à l'école ou à l'université.

Consultez les liens suivants :



- [Curriculum vitae - ADEM](#)
- [Lettre de motivation - ADEM](#)
- [Curriculum vitae - Europass](#)
- [Informations sur l'apprentissage initial](#)
- [Informations sur la formation professionnelle](#)
- [Cartographie des lycées - Mengerschoul.lu](#)
- [Service de la formation professionnelle](#)

Informations sur les conditions et délais – apprentissage



[Informations sur l'apprentissage initial](#)

[Apprentissage transfrontalier](#)

[Demande d'octroi des aides et primes de promotion à l'apprentissage](#)

[Schéma - étapes vers l'apprentissage](#)

[Foire aux questions sur l'apprentissage](#)

Préparer un dossier de candidature (spontanée)

Pourquoi ?

Si tu visites la foire afin d'y trouver un patron pour un stage ou un apprentissage, il est utile d'arriver avec un dossier pour une candidature spontanée (éventuelle).

Le dossier de candidature devra être établi selon les règles de l'art et peut comprendre de petits extras permettant de mettre en valeur ta personnalité, tes compétences et acquis.

Comment ?

Si tu as préparé un dossier dans le cadre des activités du lycée, il suffit de l'amener à la foire.

Si aucun dossier n'a été établi, [l'outil européen Europass](#)¹ permet la création en ligne d'un CV et le [guide de l'ADEM](#) (FR/DE) peut servir de source d'inspiration pour en créer un.

¹ Les instructions sont disponibles en plusieurs langues. Pour changer la langue, il suffit de cliquer sur le symbole en haut à droit de l'écran.

Aperçu et recherches sur les entreprises présentes à la foire

Pourquoi ?

La recherche des entreprises présentes à la foire te permettra de sélectionner celles qui pourraient t'offrir des perspectives intéressantes (stage, apprentissage ...) et de trouver de premières informations utiles sur celles-ci.

Ainsi préparé, tu pourras poser des questions pertinentes qui te permettront d'avancer. Tu sauras ainsi plus facilement convaincre tes interlocuteurs en faisant preuve de ton intérêt.

Par ailleurs, les informations recherchées te permettront d'écartier quelques options, de concentrer tes interactions sur la foire avec les partenaires les plus pertinents dans le cadre de ta démarche et d'augmenter ainsi l'efficacité de ta visite.

Comment ?

Les étapes suivantes sont recommandées pour faire ces recherches :

1. Consulte le programme des conférences et le plan des entreprises sur place et **choisis les entreprises** qui semblent les plus en ligne avec tes perspectives.
2. **Fais des recherches** par rapport à ces entreprises :
 - a. Quelles sont les valeurs et activités qu'elles affichent ?
 - b. Quels domaines/types de poste ou d'activités t'intéressent ?
 - c. Quels postes sont actuellement offerts ? Les conditions de travail sont-elles affichées ? Correspondent-elles ?
3. **Note les questions principales** à poser à l'entreprise.
4. **Eventuellement, prépare déjà une lettre de motivation adressée à l'entreprise** pour compléter un dossier de candidature.
5. **Complète éventuellement ton plan pour la foire.**

Annexe 1 : Mes qualités, valeurs, intérêts et expériences

Voici quelques éléments qui peuvent t'aider à guider ta réflexion.

Complète d'abord l'exercice qui suit par toi-même. Il pourra t'aider à mieux te rendre compte de ce que tu veux faire, de ce que tu aimes faire, des valeurs avec lesquelles tu t'identifies et ce que tu sais faire.

Ensuite, demande à un ami ou un membre de ton entourage de faire ce même exercice pour recueillir également sa perception de toi et découvre ainsi éventuellement d'autres options qui pourraient te convenir.



De nombreuses personnes peuvent te soutenir dans tes choix.

Nom

Lycée

Prénom

Classe

Mes qualités

(Coche ce qui te correspond.)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> à l'écoute | <input type="checkbox"/> bon sens pratique |
| <input type="checkbox"/> accueillant | <input type="checkbox"/> bonne constitution physique |
| <input type="checkbox"/> affinité linguistique | <input type="checkbox"/> bonne culture générale |
| <input type="checkbox"/> affinité technique | <input type="checkbox"/> bonne gestion du stress |
| <input type="checkbox"/> affinité technologique (maîtrise de nouvelles technologies) | <input type="checkbox"/> bonne présentation |
| <input type="checkbox"/> aimer se fixer des objectifs | <input type="checkbox"/> calme |
| <input type="checkbox"/> aimer prendre des responsabilités | <input type="checkbox"/> capacité à collaborer |
| <input type="checkbox"/> aisance à communiquer | <input type="checkbox"/> capacité à définir des objectifs |
| <input type="checkbox"/> aisance du contact | <input type="checkbox"/> capacité à gérer les échecs |
| <input type="checkbox"/> altruiste (une personne qui aime aider les autres en mettant leur bien-être en premier lieu) | <input type="checkbox"/> capacité à gérer les priorités |
| <input type="checkbox"/> appliqué | <input type="checkbox"/> capacité à gérer plusieurs tâches à la fois |
| <input type="checkbox"/> aptitude manuelle | <input type="checkbox"/> capacité à gérer un budget |
| <input type="checkbox"/> artiste | <input type="checkbox"/> capacité à imaginer l'espace |
| <input type="checkbox"/> attentif | <input type="checkbox"/> capacité à planifier un agenda |
| <input type="checkbox"/> attentionné | <input type="checkbox"/> capacité à prendre des décisions |
| <input type="checkbox"/> autonome/savoir travailler seul | <input type="checkbox"/> capacité à reconnaître des erreurs |
| <input type="checkbox"/> autoritaire | <input type="checkbox"/> capacité à relever des défis |
| <input type="checkbox"/> besoin de directives pour agir | <input type="checkbox"/> capacité à répondre aux besoins de son interlocuteur |
| <input type="checkbox"/> besoin de diversité | <input type="checkbox"/> capacité à résoudre des problèmes concrets |
| <input type="checkbox"/> bienveillant | <input type="checkbox"/> capacité à résoudre des problèmes abstraits |
| <input type="checkbox"/> bon jugement | <input type="checkbox"/> capacité à respecter les consignes et règlements |

- capacité à travailler en équipe
- capacité à travailler de longues heures
- capacité à travailler sur des horaires variables
- capacité d'adaptation
- capacité d'écoute
- capacité de mémorisation
- capacité de synthèse
- chaleureux
- charismatique
- compréhensif
- conciliant
- confiance en soi
- consciencieux
- convaincant
- courageux
- créatif
- curieux
- débrouillard
- déterminé
- dévoué
- discipliné
- discret
- dynamique
- efficace
- empathique
- endurant
- énergique
- engagé
- entreprenant
- esprit commercial
- esprit critique et analytique
- esprit de compétition
- facilité à s'exprimer en public
- facilité à synthétiser l'information
- facilité d'adaptation
- flexibilité
- gestion de groupes
- gestion de projets
- indépendant
- ingénieux
- intérêt pour les détails, méticulosité
- intuitif
- investigateur
- juste
- leadership
- logique
- méthodique
- ordonné
- organisé
- ouverture d'esprit
- patient
- pédagogique
- performant dans des situations de stress
- persévérant

- polyvalent
- pratique
- précis
- prendre le temps de réfléchir avant d'agir
- proactif
- raisonne rapidement
- réactif
- réaliste
- résistant au stress
- résolution de problèmes
- respect de l'horaire, des délais
- responsable
- rigoureux
- savoir prendre du recul
- sens de la diplomatie
- sens de l'initiative
- sens de l'observation
- sens du travail en équipe
- sensibilité
- sociable
- soigneux
- ténacité
- tendance à raisonner dans l'abstrait
- tolérant
- vigilant

Exercice :

Dans quelle profession ces qualités sont-elles essentielles ?

Exercice :

Quelle profession correspond à ce que tu aimes ?

Astuce : Besoin d'un coup de pouce ?

Consulte la page :
beruffer.anelo.lu.

Mes activités scolaires et extrascolaires

Activités sportives



Activités artistiques

Activités manuelles





Bénévolat ou engagement au sein de ma famille, du lycée ou dans un groupe

Autres

Exercice : Analyse les qualités développées lors de tes activités scolaires et extrascolaires et note ce qui t'a fait le plus plaisir lors de ces activités.

Exercice : Essaie une nouvelle activité pendant un trimestre respectivement un semestre et analyse si tu développes d'autres centres d'intérêts !



Tes centres d'intérêts démontrent ton intérêt pour certains domaines et te permettent de développer des compétences requises sur le marché du travail. Il peut être utile de relever les activités que tu as exercées au fil des années.

Exercice : Coche ce qui te correspond et si tu coches la case Oui , commente ta réponse.

	Non <input type="checkbox"/>	Oui <input type="checkbox"/>	Si oui, faits marquants :
J'ai déjà effectué un stage.			
J'ai déjà travaillé pendant les vacances scolaires.			
J'ai rencontré des professionnels ou visité des entreprises qui m'ont inspiré.			



Se projeter n'est pas simple ! Ce que tu penses devenir aujourd'hui n'est pas gravé dans le marbre.

Exprimer ses rêves, c'est exploiter ses possibilités en suivant ses propres intérêts à un moment donné !

Mon métier de rêve :

Pour le devenir, je dois :

faire les études suivantes	
obtenir le diplôme suivant	

J'aime

(Coche ce qui te correspond.)

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> bouger | <input type="checkbox"/> la programmation | <input type="checkbox"/> les nouvelles technologies |
| <input type="checkbox"/> dessiner | <input type="checkbox"/> le bâtiment | <input type="checkbox"/> les sensations |
| <input type="checkbox"/> être utile aux autres | <input type="checkbox"/> le bénévolat | <input type="checkbox"/> les travaux manuels |
| <input type="checkbox"/> faire des expériences | <input type="checkbox"/> le cinéma | <input type="checkbox"/> les voyages |
| <input type="checkbox"/> faire respecter la loi | <input type="checkbox"/> le commerce | <input type="checkbox"/> m'occuper d'animaux |
| <input type="checkbox"/> l'audiovisuel | <input type="checkbox"/> le contact | <input type="checkbox"/> m'occuper d'enfants |
| <input type="checkbox"/> l'écriture | <input type="checkbox"/> le multimédia | <input type="checkbox"/> protéger la planète |
| <input type="checkbox"/> la conduite | <input type="checkbox"/> le spectacle | <input type="checkbox"/> réparer, bricoler |
| <input type="checkbox"/> la cuisine | <input type="checkbox"/> le sport | <input type="checkbox"/> sauver des personnes |
| <input type="checkbox"/> la danse | <input type="checkbox"/> le théâtre | <input type="checkbox"/> soigner |
| <input type="checkbox"/> la lecture | <input type="checkbox"/> les arts plastiques | |
| <input type="checkbox"/> la musique | <input type="checkbox"/> les chiffres | |
| <input type="checkbox"/> la nature | <input type="checkbox"/> les langues étrangères | |

Autre(s) :

Je n'aime pas

Fais une liste des choses que tu n'aimes pas qui pourraient être pertinentes dans le cadre de la recherche d'une formation ou d'un métier.



Il est important de savoir ce que tu aimes faire, mais également ce que tu n'aimes pas faire.

Mes valeurs professionnelles²

(Coche ce qui te correspond.)

- atteindre des objectifs et avancer ensemble (coopération, travail en équipe)
- agir et décider sur base d'arguments logiques (rationalité)
- agir sans jugement, être ouvert à de nouvelles idées (ouverture)
- agir sans prétention et sans illusion (authenticité)
- agir selon les principes moraux, religieux ou spirituels (éthique, spiritualité)
- aider les autres (altruisme)
- avoir des activités variées (diversité, variété)
- avoir des relations positives, sans conflits ou tensions (ambiance au travail)
- avoir suffisamment de temps pour les loisirs (loisirs/style de vie)
- avoir un lieu de travail et/ou des horaires convenables (confort)
- avoir une profession que l'on admire, jouir d'avantages (prestige)
- avoir un travail à faible risque de chômage (sécurité)
- avoir un travail sans danger physique (sécurité)
- bouger physiquement, activer son corps (activité physique)
- contribuer au maintien de l'ordre et au respect des règles (ordre)
- diriger de nombreuses personnes, avoir de l'influence (management, leadership)
- être indépendant (autonomie)
- faire attention à la santé, se sentir en équilibre, voire en sérénité (bien-être)
- faire attention aux détails et travailler soigneusement (attention au détail)
- faire avancer la carrière, avoir des perspectives (avancement)
- faire quelque chose de beau (esthétique)
- favoriser les échanges avec des autres (communication)
- gagner beaucoup d'argent (avantage économique)

² Source d'inspiration : https://www.csmv.qc.ca/wp-content/uploads/2011/04/Mes_valeurs.pdf
<https://www.cairn.info/revue-management-et-avenir-2016-4-page-55.htm>

- imaginer, inventer, innover et mettre au point (créativité)
- networking (relations)
- porter de beaux vêtements, avoir une apparence soignée (apparence)
- poursuivre des objectifs ambitieux, réussir (ambition, réussite, excellence)
- poursuivre une formation, apprendre, se perfectionner (stimulation intellectuelle)
- prendre des initiatives et des décisions (responsabilité)
- réagir à des situations imprévues, des surprises (improvisation)
- résoudre des problèmes (stimulation intellectuelle)
- résoudre des problèmes et voir des résultats concrets (pratique)
- rivaliser, faire mieux que les autres (concurrence, émulation)
- se montrer capable, efficient, adroit et bien informé (compétence)
- travailler dur et avec acharnement (effort)
- veiller sur les mêmes droits et possibilités pour tous (justice)
- voyager, se déplacer (voyage/style de vie)

Exercice : Coche les valeurs qui te correspondent le plus.

Exercice : Parmi les valeurs cochées, marque avec une couleur celles qui te parlent le plus.

Exercice : Réfléchis s'il y a parmi les valeurs marquées une ou trois valeurs qui guident tes décisions les plus difficiles, qui englobent les autres valeurs marquées, qui te définissent le mieux.

Annexe 2 : Activités liées au monde du travail

Mes domaines professionnels préférés

(Coche ce qui te correspond.)

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> action sociale | <input type="checkbox"/> fonction publique | <input type="checkbox"/> professions médicales |
| <input type="checkbox"/> agriculture | <input type="checkbox"/> forces publiques | <input type="checkbox"/> recherche |
| <input type="checkbox"/> agronomie | <input type="checkbox"/> hôtellerie | <input type="checkbox"/> ressources humaines |
| <input type="checkbox"/> alimentation | <input type="checkbox"/> hygiène | <input type="checkbox"/> restauration |
| <input type="checkbox"/> architecture | <input type="checkbox"/> immobilier | <input type="checkbox"/> sanitaire |
| <input type="checkbox"/> arts | <input type="checkbox"/> industrie et technique | <input type="checkbox"/> santé |
| <input type="checkbox"/> assurance | <input type="checkbox"/> information et documentation | <input type="checkbox"/> sciences |
| <input type="checkbox"/> commerce | <input type="checkbox"/> informatique | <input type="checkbox"/> sciences politiques |
| <input type="checkbox"/> communication | <input type="checkbox"/> ingénierie | <input type="checkbox"/> sécurité |
| <input type="checkbox"/> construction | <input type="checkbox"/> logistique | <input type="checkbox"/> social |
| <input type="checkbox"/> défense | <input type="checkbox"/> marketing | <input type="checkbox"/> sylviculture |
| <input type="checkbox"/> droit | <input type="checkbox"/> mécanique | <input type="checkbox"/> tourisme |
| <input type="checkbox"/> économie et gestion | <input type="checkbox"/> mode | <input type="checkbox"/> transport |
| <input type="checkbox"/> éducation | <input type="checkbox"/> professions de santé dans le milieu du soin | <input type="checkbox"/> urbanisme |
| <input type="checkbox"/> enseignement | <input type="checkbox"/> professions de santé dans le milieu scolaire | <input type="checkbox"/> vente |
| <input type="checkbox"/> environnement | | |
| <input type="checkbox"/> finance | | |

Les mondes thématiques de la YEP Schoulfoire 2023 :

- art, culture et langues
- construction, réalisation et création
- école, éducation et société
- économie, finances et vente
- industrie et mécanique
- nature et environnement
- santé et esthétique
- sciences, technologies et informatique
- tourisme, gastronomie et hôtellerie

S'informer sur le monde du travail

Pourquoi ?

Afin de se projeter dans son avenir professionnel, il est utile de découvrir les tendances générales du monde du travail ainsi que les secteurs porteurs du Luxembourg et les professions y liées.

Ceci te permettra éventuellement de poser des questions plus ciblées, voire critiques aux exposants et de situer les informations reçues à la foire dans un contexte général.

Comment ?

La liste ci-dessous donne quelques sources d'informations pour faire de propres recherches et en tirer des conclusions.

1. Le marché du travail et les secteurs porteurs au Luxembourg

Au Luxembourg, l'ADEM publie régulièrement des informations et données actuelles sur le marché du travail.



Le panorama du marché de l'emploi établi par l'ADEM présente les caractéristiques les plus importantes du travail au Luxembourg.

→ <https://adem.public.lu/fr/marche-emploi-luxembourg/panorama-marche-emploi.html>



Pour des informations précises et détaillées : Le tableau interactif sur les offres déclarées permet une comparaison par secteur, voire par sous-catégorie ou profession, des offres déclarées et des postes restés vacants en fin du mois.

→ <https://adem.public.lu/fr/marche-emploi-luxembourg/faits-et-chiffres/chiffres-cles-adem/chiffres-cles-offres-declarees.html>

2. Découvrir des métiers et professions au Luxembourg

Au Luxembourg, plusieurs sites web ont été créés afin de donner un panorama des métiers et professions.

	<p>Le site <i>beruffer.anelo.lu</i>, créé par plusieurs partenaires publics, présente des informations sur les professions et les formations et études y correspondant au Luxembourg ou à l'étranger. Plusieurs vidéos sont disponibles.</p> <p>→ https://beruffer.anelo.lu/de/</p>
	<p>Le site <i>Handsup</i> présente des informations sur les métiers et formations de l'artisanat.</p> <p>→ https://www.handsup.lu/de/perspektiv-handwierk</p>
	<p><i>Winwin</i> est une plateforme pour les entreprises formatrices et apprentis au Luxembourg.</p> <p>→ https://www.winwin.lu/</p>
	<p>Les métiers de l'industrie sont présentés sur le site <i>Hello Future</i>.</p> <p>→ https://hellofuture.lu/</p>
	<p>Découvrez des professions et métiers à travers des témoignages de professionnels, stagiaires et apprentis.</p> <p>→ https://maison-orientation.public.lu/fr/etudes/zoom-metiers.html</p>
	<p>Ce site web populaire est disponible en allemand et anglais. Il comprend un grand nombre de vidéos et quelques activités ludiques.</p> <p>→ https://www.whatchado.com/de/</p>

3. Informations sur les apprentissages et les stages au Luxembourg



Le portail de la Maison de l'orientation vous permet d'accéder à toutes les informations par rapport à l'apprentissage au Luxembourg.

→ <https://maison-orientation.public.lu/fr/monde-du-travail/apprentissage.html>



Il informe également sur les stages obligatoires et volontaires.

→ <https://maison-orientation.public.lu/fr/monde-du-travail/premieres-experiences-professionnelles/stages-obligatoires-volontaires.html>



Les droits et obligations des stagiaires sont expliqués dans une brochure de la Chambre des salariés.

→ <https://www.csl.lu/fr/formation-professionnelle-initiale/apprentissage/>

4. Les grandes tendances du marché du travail

Les grandes tendances du marché du travail reflètent les larges développements sociaux internationaux.

Elles influent la plupart des secteurs, métiers et professions. Voici quelques sources que vous pouvez sélectionner en fonction de vos préférences linguistiques pour découvrir ces tendances et mieux comprendre le travail de demain.



Dans le cadre de la semaine d'argent 2021, le programme d'éducation financière *wikifin* de la FSMA belge a produit une vidéo sur le marché du travail et les métiers d'avenir en Belgique.

→ https://www.youtube.com/watch?v=U_Mhsjafw7Q (FR)



RTL France a produit en 2021 un podcast « Un temps d'avance » qui porte en 5 épisodes de moins de 15 minutes sur l'emploi de demain. Les épisodes peuvent être trouvés ici :

→ <https://www.rtl.fr/programmes/un-temps-d-avance> (FR)



Si vous avez un peu de temps, voici une vidéo canadienne de 45' (2017) qui pourra vous faire découvrir une analyse plus approfondie de la transformation structurelle du monde du travail :

→ https://www.youtube.com/watch?v=Z_q8CixsOHw&t=38s (FR)

	<p>Dans une série de 14 vidéos de 1-1.30 minutes, le « Zukunftsinstitut » allemand présente les <i>mégatrends</i> principaux observés.</p> <p>Voici le lien vers la vidéo introductive :</p> <p>→ https://www.youtube.com/watch?v=delvw_sh_al (ALL)</p>
	<p>Dans cette vidéo suisse, l'industrie 4.0 est expliquée en 4 minutes à l'aide d'animations.</p> <p>→ https://www.youtube.com/watch?v=kQLbVVPNTMQ (ALL)</p>
	<p>Voici une série de vidéos produites en Autriche dans le contexte de la coopération avec les parents. La vidéo a pour but d'expliquer le monde du travail de demain :</p> <p>→ https://ooe.arbeiterkammer.at/myfuture (ALL)</p>
	<p>→ https://trends.levif.be/economie/entreprises/les-10-grandes-tendances-dans-le-monde-du-travail-aujourd-hui/article-normal-617085.html?cookie_check=1646048454 (FR)</p>
	<p>→ https://www.businessofeminin.com/quel-monde-du-travail-pour-demain/ (FR)</p>

Activité supplémentaire

Évolution des métiers

Décris un métier qui te plaît !

Existait-il dans le passé ?

Quelles sont les différences par rapport à aujourd'hui ?

Interviewer des connaissances sur leur activité professionnelle

Pourquoi ?

En complément des sources d'information officielles, ce sont souvent les histoires personnelles vécues qui nous permettent d'apprendre les leçons les plus importantes. Le cercle de connaissances et l'entourage, qu'il s'agisse de membres de la famille, d'amis, des parents d'amis ou de connaissances fortuites, sont riches en expériences liées au monde du travail.

Mais souvent nous savons relativement peu sur l'activité professionnelle de nos amis et proches, sans parler de leur environnement de travail et secteur d'activité.

Pour te permettre d'apprendre de leurs expériences et de mieux comprendre ce qui leur plaît ou non dans leur (travail/vie) quotidien(nne), un petit jeu intéressant peut consister à poser certaines questions au plus grand nombre de personnes possibles.

Les interviews te permettront d'apprendre à connaître différentes activités, entreprises et secteurs et d'établir une collection des avantages et désavantages cités par les personnes. Éventuellement tu pourras même dégager des pistes pour un stage en entreprise ou un patron intéressant.

Comment ?

Documente les interviews, par exemple en rédigeant un résumé, en les filmant ou en réalisant un collage.

Inspiration pour les questions à poser :

- ❖ Quelle est ton activité professionnelle ? La dénomination officielle de ton poste, ton métier ?
- ❖ Où est-ce que tu exerces cette activité ? C'est une entreprise basée au Luxembourg, ta propre entreprise ou es-tu indépendant ?
- ❖ À quoi ressemble ton lieu/ressemblent tes lieux de travail ? Voyages-tu pour le travail ? Si oui, souvent ?
- ❖ Qui sont tes collègues, supérieurs hiérarchiques ou collaborateurs ? Comment sont-ils ?
- ❖ Quelles sont tes relations avec des externes (professionnels, clients, services publics) et comment se déroulent les interactions dans ton secteur ? Faut-il être convivial, convaincant, sévère, modeste, élégant ... ?
- ❖ Quel est le déroulement typique de tes journées de travail ?
- ❖ Comment se fait-il que tu exerces ce travail aujourd'hui ?
- ❖ Qu'est-ce qui te plaît le plus dans ton travail ? Qu'est-ce qui te passionne ? Quels sont les avantages principaux ?
- ❖ Qu'est-ce qui te plaît moins, quels sont les inconvénients ?
- ❖ Quelle serait ta recommandation pour un jeune qui aimerait se lancer dans une activité similaire ?

Activité supplémentaire

Rechercher et présenter des métiers en classe

Options de mise en pratique

Interviewer un membre de votre famille sur son métier :

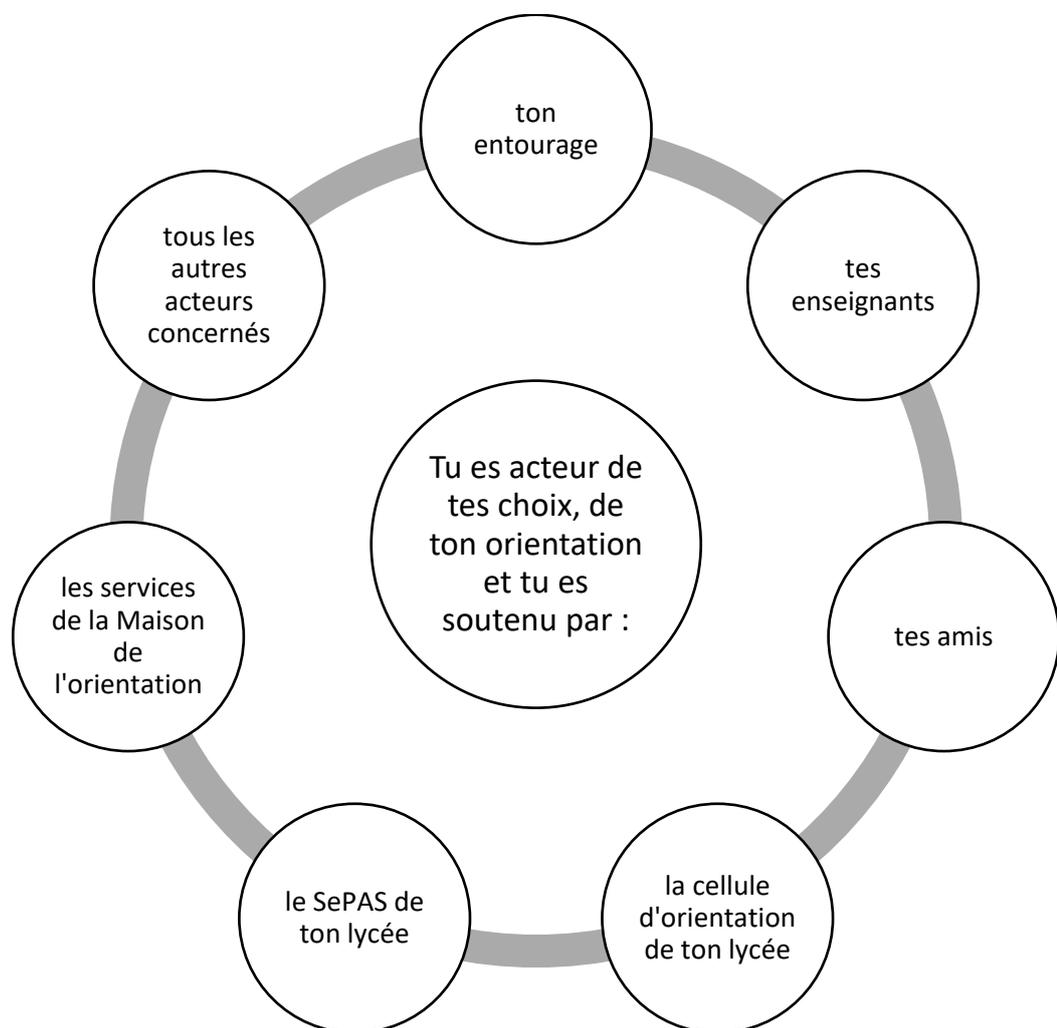
- décrire son métier de rêve
- décrire le métier de son idole
- préparer une présentation PPT sur le métier de son choix

Les informations à obtenir ou à traiter :

- nom du métier
- formation(s) requise(s)
- qualité(s) requise(s)
- description du métier
- ce métier me correspond/ne me correspond pas, j'explique
- ou les questions mentionnées ci-dessus (inspiration pour les questions)

Comment associer mes intérêts, compétences et talents à mon futur plan d'avenir ?

Tu ne sais pas encore ce que tu veux faire, n'hésite pas à demander de l'aide aux personnes autour de toi.





MAISON DE L'ORIENTATION

Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.

