

**Rechercher ton stage de 3<sup>ème</sup> est une première expérience qui te servira tout au long de ta vie.**

Tes parents et le collège sont là pour t'aider mais c'est à toi de mener les recherches !

Pour avoir le choix et le temps il faut **t'y prendre suffisamment tôt** : dès le mois de février de l'année de 4<sup>ème</sup> !

### 1. 1<sup>ère</sup> question à te poser : Qu'est-ce qui m'intéresse ? Qu'est-ce-que j'aimerais découvrir ?

Essaye de faire ton stage dans un univers qui te plaît. La réflexion sur **tes goûts, tes centres d'intérêt** et sur **tes envies pour plus tard** (quels métiers / quels domaines m'intéressent ?) fait partie de la recherche de stage. Et si tes aspirations restent encore vagues, c'est tout à fait normal à 14 ans !

Même si ce stage peut être une confirmation de ton projet professionnel, il n'est pas déterminant pour ta future carrière. Chaque année, des élèves sont déçus de ne pas pouvoir accéder au stage de leur rêve et se tournent vers des entreprises qu'ils n'avaient pas ciblées au début de leurs recherches. Mais très souvent, un stage dans un domaine totalement inconnu et vers lequel on ne s'était pas forcément tourné au départ peut susciter des vocations !

### 2. Liste les entreprises / structures où tu voudrais faire ton stage

#### Chercher dans mon réseau

Une fois ton **secteur d'activité** défini, tu peux discuter de ta recherche de stage avec ta famille, tes voisins, les commerçants de ton quartier, ton club de sport, etc. Si cela ne donne rien, tu peux demander à ton entourage moins immédiat : les amis de tes voisins, les amis de ta famille, les parents des amis du club de sport...

Si cela ne donne rien, pas d'inquiétude ! Tu as une autre façon de trouver ton stage, moins immédiate mais qui t'apprendra beaucoup plus :

#### Lister et contacter les entreprises qui m'intéressent

- Sur internet : chercher les entreprises / associations / établissements publics / collectivités etc... qui pourraient t'accueillir (bien regarder le lieu, si possible proche de chez toi ou accessible facilement).

- Les noter dans un tableau (cf modèle ci-dessous)

- Les appeler pour leur demander si elles prennent des stagiaires : note sur une feuille ce que tu vas dire : *"Bonjour, je m'appelle ... je suis au collège La Salle Pringy en 3<sup>ème</sup>, je cherche un stage du ... au ... et je suis très motivé pour le faire dans votre entreprise. Est-ce que vous prenez des stagiaires ?"*. Dis-toi bien que les gens sont contents de recevoir ton appel et que tu veuilles faire ton stage chez eux, tu ne les déranges pas !

- ET / OU se déplacer avec ton cv et ta lettre de motivation et les déposer en main propre (plus efficace) puis rappeler la semaine suivante si tu n'as pas eu de réponse.

### 3. Remplis et actualise ton tableau de recherche de stage

Pense à rappeler les entreprises 8 jours après avoir appelé ou déposé ton CV, pour avoir une réponse.

Nom de l'entreprise / association...	Date appel	Date dépôt / envoi CV et lettre	Date relance par téléphone	Réponse
Décathlon	25 mars	26 mars	3 avril	Positive

## Modèle de CV

Le CV sert à te présenter et mettre en avant tes traits de personnalité.

La partie "**activités extrascolaires**" est la plus personnelle et la plus intéressante : note tes centres d'intérêts qui reflètent ta personnalité (cours de piano, théâtre, foot, web, voyages...), précise depuis combien de temps tu pratique ces activités, éventuellement dans quel cadre et avec quel niveau.

Le CV se présente sur une page maximum.

**Léa Dupont**

Date de Naissance / âge :

Adresse :

Mail :

Téléphone :

### **FORMATION**

2020-2021 : Classe de 3ème au collège La Salle Pringy

Langues : Anglais, Espagnol

Options : Cambridge / Latin / Classe Foot / BIA ....

Avril 2019 : Voyage de classe linguistique à Madrid, participation aux Jeux Lasalliens ...

### **ACTIVITES EXTRASCOLAIRES**

#### **Activités**

Musique : cours de solfège et saxophone au conservatoire

Tennis : 1h / semaine - participation aux championnats régionaux / Niveau ...

Association : ...

#### **Centres d'intérêts, passions**

Sport : Cerf-volant / kite surf, sport de voile, natation

Cinéma

#### **Expériences**

Babysitting

Job avec la mairie

## Modèle de lettre

Même si les entreprises sont peu exigeantes avec les élèves de 3ème, soigne ta lettre ! Une lettre de motivation qui "accroche" prouve ta motivation : tu expliques ta démarche et démontres ta curiosité vis-à-vis du secteur choisi. Voici deux exemples de lettre, à adapter bien sûr !

<b>Stage 3ème en entreprise</b> <b>En Candidature Spontanée</b>
--

Prénom NOM  
Votre adresse complète  
Tél : 06.00.00.00.00  
Email : [adresse@email.zz](mailto:adresse@email.zz)

Nom de l'entreprise  
A l'attention de ...  
Adresse complète

Nom de la ville, le ..... date / mois / année

Madame, Monsieur,

Agé de XX ans, je suis en classe de troisième au sein du collège XX de la ville de XX. Afin de prendre un premier contact avec le monde de travail et d'envisager une future orientation, l'opportunité m'est donnée de suivre un stage de découverte en entreprise d'une durée d'une semaine.

Sensible à votre domaine d'activité et souhaitant poursuivre mes études dans cette direction, je me permets de vous solliciter afin de savoir si vous seriez en mesure de m'accueillir durant la période du XX au XX.

Volontaire et consciencieux, je vous serai reconnaissant de bien vouloir m'accorder un entretien au cours duquel nous pourrions considérer de manière plus approfondie l'éventualité d'effectuer mon stage dans vos locaux.

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'assurance de mes salutations distinguées.

*Votre Signature*

**Prénom NOM**  
Adresse  
CP Ville  
06 00 00 00 00  
[prenom.nom@mail.net](mailto:prenom.nom@mail.net)

Nom de l'entreprise  
M. NOM  
Responsable RH  
Adresse  
CP Ville

Ville, le xx/xx/20xx

Objet : demande de stage 3ème

Monsieur,

Passionné par les animaux, je suis attiré par le métier de vétérinaire. Connaissant votre approche des animaux et la qualité des soins que vous pratiquez pour avoir conduit mon chat à plusieurs reprises chez vous, je me permets de vous adresser ma candidature pour un stage d'observation.

Actuellement élève de 3<sup>ème</sup> au collège Jean BOUIN de Tours, je dois effectuer dans le cadre de ma scolarité un stage d'une semaine en entreprise du 19 au 23 décembre. Ce stage me permettrait de découvrir ce métier qui m'attire et confirmer ma future orientation professionnelle.

A l'aise avec les animaux de compagnie, je pourrai réaliser, à ma mesure, les tâches que vous me confierez. Patient, calme, je prends plaisir à les observer, à communiquer avec eux et à m'en occuper.

Je vous remercie par avance de l'intérêt que vous porterez à ma demande et me tiens à votre disposition pour vous rencontrer.

Dans cette attente, je vous prie de bien vouloir recevoir, Monsieur, l'expression de mes sincères salutations.

Gembloong.com

Prénom NOM