

SITES UTILES

cij.valdoise.fr/sitotheque rubrique «travailler». Regroupe les sites internet utiles dans la recherche d'emploi.

www.cidj.com Informations pratiques sur la rédaction de CV, d'une lettre de motivation, conseils sur la recherche d'emploi, l'entretien de recrutement...

www.emploi-store.fr Aide à la rédaction de CV, de la lettre de motivation et de leur mise en ligne. L'emploi store regroupe les clés pour la recherche d'emploi.

europass.cedefop.europa.eu/fr Modèles de CV, création de CV et lettre de motivation au format européen.

RÉSEAU INFORMATION JEUNESSE DU VAL D'OISE

Les structures IJ du département accompagnent à la recherche d'emploi. N'hésitez pas à les contacter.
<http://cij.valdoise.fr/le-reseau-information-jeunesse-95/>

CIJ 95
1 place des arts, 95000
Cergy
01 34 41 67 67
cij.valdoise.fr

HORAIRES D'OUVERTURE

Du lundi au vendredi de **12h à 18h**
Possibilité de prendre rendez-vous
le matin de **10h à 12h**

Des conseillers/ères vous informent par
téléphone au **01 34 41 67 67**
du lundi au vendredi de **9h à 18h**
Par mail : cij@cij95.asso.fr

Services en ligne: jobs (soutien scolaire, baby-sitting, animation), logement

Services sur place: Centre information Europe Direct, Pass Campus, réservation voyages

 www.facebook.com/cijvaldoise
www.facebook.com/jobsevaldoise

 www.twitter.com/cijvaldoise

 www.instagram.com/cijvaldoise



LE CV

CURRICULUM VITAE

En recherche d'emploi, de stage, d'alternance ou même de formation, le CV est la première étape pour débiter sa démarche.

Son objectif : être retenu lors de la première sélection effectuée par un recruteur.

À SAVOIR

UN RECRUTEUR NE PASSE QUE 30 SECONDES
À LA PREMIÈRE LECTURE D'UN CV
SOYEZ PERCUTANT !



Le CV reflète votre identité, mais n'y faites figurer que des éléments de votre profil « professionnel » (inclure les engagements associatifs)

Rédiger un CV est un travail de fond qui nécessite du temps et de la réflexion. Synthétisez de façon claire toutes les informations utiles



Tapez-le à l'ordinateur, 1 page A4 (des modèles existent en ligne)

La mise en page est aérée et équilibrée

Selon le domaine d'activité le CV est plus ou moins personnalisé (couleur, forme...)



Adaptez votre CV au poste recherché (noter les expériences les plus adaptées)

Ne mentionnez que les points positifs. N'indiquez une langue que si votre niveau est suffisant

N'utilisez pas plus de 2 typographies/ 2 couleurs/ 2 tailles de police. Utilisez le gras sans en abuser

Évitez de souligner
Ne pas écrire CV en titre

Développer les sigles

Attention aux fautes d'orthographe !



EXEMPLE DE CV DÉBUTANT

Attention aux mails farfelus.
Choisissez une adresse sobre
nom.prenom@....fr

La photo n'est pas obligatoire, sauf si on vous la demande. Elle doit donc être sobre et professionnelle. Pas de selfie !

Prénom Nom
Adresse
Téléphone
Courriel

Age ou date de naissance
Permis B, véhicule

Photo

Accroche
Poste souhaité ou objectif professionnel

FORMATION

Année **Intitulé du diplôme ou de la formation** -- école ou centre de formation -- ville

Les diplômes et les formations doivent être présentés du plus récent au plus ancien. Indiquez dans une catégorie à part les formations complémentaires telles que le BAFA, le diplôme de secourisme....

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES (expériences professionnelles, stages, alternance, service civique)

Dates **Poste occupé** - Nom de l'entreprise - ville
(de mois à mois ou bien d'année à année)
Missions effectuées

Les expériences sont présentées de la plus récente à la plus ancienne. Utilisez des intitulés précis et des verbes d'action dans la description des missions. Si vous avez peu d'expériences mettez en avant les activités qui vous ont permis de développer des compétences professionnelles (sport/loisirs/bénévolat). Vous pouvez, ainsi, ajouter une catégorie «expérience.s solidaire.s» ou «bénévolat.s»

COMPETENCES

Informatique (citez les logiciels maîtrisés)
Langues (indiquez précisément votre niveau. Exemples : conversation usuelle, courant, bilingue ou des niveaux précis tels que A1/B1/C1. Citez vos séjours à l'étranger)

CENTRES D'INTERET

Cette partie est importante. Elle est très personnelle et donne des informations au recruteur sur vos engagements. Elle permet d'ouvrir la discussion lors d'un entretien. Ne mentionnez pas les loisirs courants (cinéma, voyage, lecture) que si vous avez des connaissances approfondies dans ces domaines.

En recherche de stage ou alternance : mettez la formation avant les expériences

EXEMPLE DE CV PLUS ORIGINAL ET AVEC PLUS D'EXPERIENCES

PHOTO

NOM PRENOM

INTITULÉ DU POSTE OU OBJECTIF PERSONNEL

CONTACT

Adresse
Téléphone
Courriel

Permis B
Véhicule
Mobilité géographique

COMPETENCES

Compétences acquises au cours de vos expériences professionnelles. Exemple : Rédiger le contenu d'un support de communication

Evitez les compétences «fourre-tout», par exemple «communication». Pour vous aider à rédiger vos compétences, rendez-vous sur le site du Pôle Emploi : fiche métier ou fiche ROME.

Informatique (citez les logiciels maîtrisés)
Langues (indiquez précisément votre niveau. Exemples : conversation usuelle, courant, bilingue ou des niveaux précis tels que A1/B1/C1. Citez vos séjours à l'étranger)

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

Dates **Poste occupé** - Nom de l'entreprise - ville
(de mois à mois ou bien d'année à année)

Les expériences sont présentées de la plus récente à la plus ancienne. Utilisez des intitulés précis et des verbes d'actions dans la description des missions.

FORMATION

Année **Intitulé du diplôme ou de la formation** -- école ou centre de formation -- ville

Les diplômes et les formations doivent être présentés du plus récent au plus ancien. Indiquez dans une catégorie à part les formations complémentaires telles que le BAFA, le diplôme de secourisme....

CONTACT

Adresse
Téléphone
Courriel

Permis B
Véhicule
Mobilité géographique

CENTRES D'INTERET

Cette partie est importante. Elle est très personnelle et donne des informations au recruteur sur vos engagements. Elle permet d'ouvrir la discussion lors d'un entretien.

Ne mentionnez pas les loisirs courants (cinéma, voyage, lecture) que si vous avez des connaissances approfondies dans ces domaines.

Vérifiez votre message de boîte de messagerie. Celui-ci doit être sobre

En recherche de CDD ou CDI mettez les expériences avant la formation.

- SITES GRATUITS POUR RÉALISER SON CV EN LIGNE**
- CV designr** <https://cvdesignr.com/fr/>
 - Kick resume** <https://www.kickresume.com>
 - Canva** <https://www.canva.com/>
 - Doyoubuzz** <http://www.doyoubuzz.com/fr/>

Faites vous relire par vos proches et envoyez votre CV en format PDF