

# BOX iPRO

## BOX INSERTION PROFESSIONNELLE

Des ateliers d'insertion professionnelle pour apporter à vos étudiants la posture et les codes professionnels indispensables pour réussir leur entrée sur le marché du travail.

ÉDITION 2026-2027



Dans le cadre du projet « **Nouveaux Coursus Universitaires** » - **@SPIRE** (Accompagnement, Spécialisation Progressive et Individualisation pour la Réussite de tous les Étudiants) pour lequel l'université Savoie Mont Blanc (USMB) a été lauréate en 2019 avec le Club des Entreprises, nous avons développé des outils innovants pour soutenir la réussite étudiante grâce à une meilleure préparation à l'insertion professionnelle.

Ces outils s'inscrivent dans une démarche d'**Approche Par Compétences** (APC) pour assurer un accompagnement et un soutien individualisé aux étudiants. Cette démarche de lancement de Nouveaux Coursus Universitaires est soutenue financièrement par l'Agence Nationale de Recherche (ANR) grâce à laquelle le Club a pu concevoir et déployer la Box iPro et le programme de mentorat notamment !

Ce sont plus de 150 professionnels et plus de 135 ateliers mis à la disposition des enseignants pour faciliter la professionnalisation des étudiants et les soutenir dans la construction de leur projet professionnel. En 2025-2026, pour la 5<sup>e</sup> édition, ce sont près de 1 400 heures déployées et 4 300 étudiants bénéficiaires.

Bonne lecture !

*L'équipe du Club des entreprises et les Pôles Insertion Professionnelle, Orientation et Réussite de l'USMB*

# SOMMAIRE

Présentation .....	4
Informations sur les ateliers .....	4
Programmation d'un module insertion pro dans votre formation .....	5
Organisation et mise en place des cours .....	5
Évaluation - qualité des enseignements .....	5
Statuts des professionnels .....	6
Focus sur la Box « Expert » .....	6
Coordination avec le/la responsable pédagogique .....	7
Référenciel de compétences .....	7
Catalogue d'ateliers .....	10
Contacts & exemples de modules .....	74



## PRÉSENTATION

Dans le cadre de son action au profit de l'insertion professionnelle des étudiants, le Club des Entreprises de l'Université Savoie Mont Blanc propose aux enseignants des solutions pour **accompagner leurs étudiants progressivement et efficacement vers le marché du travail**.

Le Club et les Pôles Insertion Professionnelle, Orientation et Réussite de l'USMB (Maison des Étudiants et de la Réussite – SUIOIP), orientent des actions **autour de plusieurs axes** :

- Organiser des manifestations pour connecter les étudiants et les entreprises
- Faire connaître les métiers
- Guider les étudiants dans leur stratégie de recherche de stage ou d'emploi
- Leur mettre à disposition des outils pour se connaître, se révéler et valoriser leurs compétences.

Pour répondre à ces objectifs, un dispositif innovant a été créé : la « **Box iPro** », pour Box Insertion Professionnelle. Elle propose aux responsables de formation un **large éventail d'ateliers utilisables à la carte**, pour construire des modules d'insertion professionnelle sur mesure en fonction du niveau et des besoins de leurs étudiants.

Imaginée par le Club et déployée avec les Pôles Insertion Professionnelle, Orientation et Réussite de l'USMB, la Box iPro répond aux objectifs du NCU @SPIRE (*Nouveau Cycle Universitaire Accompagnement Spécialisation Progressive et Individualisation pour la Réussite de tous les Etudiants*), tout en offrant des solutions aux enseignants qui n'ont jamais mis en place un module insertion professionnelle, ou qui souhaitent **compléter ou diversifier leur module «Projet Personnel Professionnel» (PPP)**.

La Box iPro mobilise de manière structurée et efficace un large réseau de professionnels pour animer **plus de 135 ateliers** organisés en cohérence avec le référentiel de compétences du Club (voir page 4).

Le référentiel décrit **5 grandes compétences** pour réussir son insertion professionnelle :

1. **Connaître sa personnalité, son profil personnel et professionnel**
2. **Décrire et formaliser un projet professionnel**
3. **Concevoir des outils de candidature professionnels**
4. **Acquérir une méthodologie dans sa recherche de stage ou d'emploi**
5. **Adopter un comportement professionnel adéquat**

L'objectif est d'apporter aux enseignants un soutien expert et efficace en matière d'insertion professionnelle, afin que leurs étudiants intègrent le marché du travail en ayant acquis, en plus de leurs connaissances académiques, la posture et les codes professionnels indispensables.

## INFORMATIONS SUR LES ATELIERS

Les ateliers sont répartis dans **5 grandes rubriques** : cinq correspondantes au référentiel de compétences et une sixième axée sur l'orientation et la réussite. Elles-mêmes sont divisées en sous parties.

Chaque fiche atelier vous donne les informations suivantes :

- Titre
- Type (atelier, conférence, table ronde, rencontre, etc..)
- Durée (par créneau de 1,5h)
- Format (TP - TD - CM)
- Cible (le niveau des étudiants concernés)
- Statut de l'intervenant (vacataire, bénévole, partenaire, sous contrat de mécénat)
- Prérequis
- Descriptif
- Contenu
- Objectif pédagogique.

Le mode de diffusion des cours est **par défaut en présentiel, sauf précisions dans la description de l'atelier**. Si certaines interventions doivent se faire en mode distanciel, cela sera précisé au moment de la mise en place des modules.

Pour chaque atelier, un ou plusieurs professionnels sont référencés. Ils se sont positionnés sur la base du descriptif et de l'objectif pédagogique. Le contenu (c'est-à-dire la manière dont le professionnel va articuler son cours, les ressources et les outils qu'il va utiliser) est propre à chaque intervenant.

La rubrique « **Orientation et Réussite** » est **animée par les professionnels du des pôles orientation et réussite de l'USMB (Maison des étudiants et de la réussite)**, qui sont habilités et formés sur des ateliers spécifiques. Les ateliers de cette rubrique sont d'une durée de 1,5h maximum.

Pour les formations qui entrent dans le cadre du NCU - Nouveau Cycle Universitaire - (L1, L2, L3), nous vous orienterons en priorité vers ces professionnels.



## PROGRAMMATION D'UN MODULE INSERTION PRO DANS VOTRE FORMATION

Si vous souhaitez mettre en place un module complet à la rentrée prochaine, ou bien compléter ou diversifier un programme déjà existant avec l'ajout d'ateliers plus spécifiques, **prenez rendez-vous** avec votre chargé(e) de projets du Club.

### 1 Contact

Contactez le ou la chargée de projets du Club en lien avec votre composante, ou le Pôle IP pour un rendez-vous (voir page 74 « contact »).

### 2 Étude

Nous vous aidons à établir un programme en fonction de vos souhaits (objectifs pédagogiques, thèmes, choix des ateliers, période, volume horaire, évaluations, etc.).

### 3 Mise en oeuvre

Nous activons notre réseau de professionnels pour rechercher les personnes les plus qualifiées et disponibles pour animer les ateliers que vous avez choisis.

### 4 Connexion

Les professionnels sont mis en relation avec vous pour préciser le contenu de l'atelier et vous mettre d'accord sur les objectifs pédagogiques et les évaluations.

### 5 Planification

Nous mettons en relation les professionnels avec votre secrétariat de votre formation pour la création des dossiers de vacation et la planification des interventions dans les emplois du temps.

### ⚠ IMPORTANT

Pour un résultat qualitatif, les commandes des modules se programment de fin avril à fin juillet pour toute l'année universitaire suivante, et en particulier le premier semestre.

## ORGANISATION ET MISE EN PLACE DES COURS

Le Club s'occupe de la coordination des professionnels sur toutes les composantes.

Il gère leur mise en relation avec l'équipe pédagogique (contenu des ateliers, évaluations...), les services de la scolarité (reconduction ou création du dossier de vacation) et les responsables emploi du temps.

Chaque chargée de projets du Club s'assure que tout est en ordre pour le démarrage du cours, en lien avec les secrétariats. Les professionnels qui n'ont pas le statut de vacataire (notamment les membres bénévoles d'associations partenaires) n'ont pas accès aux services intranet comme les professionnels éligibles. Nous nous chargeons alors de leur communiquer un code wifi invité, ainsi que les informations dont ils ont besoin pour travailler.

## ÉVALUATION - QUALITÉ DES ENSEIGNEMENTS

Comme tous les enseignements de l'Université, les cours sont soumis à un questionnaire de la DAPAC (Direction de l'Aide au Pilotage et de l'Amélioration Continue) de l'USMB, délivré chaque fin de semestre, qui permet de recueillir des données sur la qualité des cours.

En complément de ces enquêtes, tous nos ateliers sont soumis à un petit questionnaire d'évaluation délivré en fin de cours par les professionnels. Cela nous permet de recueillir les réactions à chaud des étudiants. Ces évaluations sont transmises aux enseignant(e)s et aux professionnel(le)s, et alimentent les bilans qualité réalisés chaque fin d'année universitaire pour chaque module délivré.

### Appréciation générale des étudiants sur les ateliers en 2025-2026

(avec près de 3860 répondants).



4/5

Les étudiants en parlent mieux que nous...

« **C'était super enrichissant, avec des ateliers ludiques. Je recommande à 100% cette intervenante !** »

« **Cours très intéressant qui permet de réfléchir sur notre personnalité** »

« **Personne de terrain, cadre ++, c'est du concret.** »

## STATUTS DES PROFESSIONNELS

Les professionnels (hors Pôles Insertion Professionnelle, Orientation et Réussite de l'USMB) qui animent les ateliers de la Box iPro sont recrutés pour leurs références professionnelles, leurs expériences variées et leur expertise pour **apporter aux étudiants un véritable bagage comportemental et pédagogique** pour qu'ils se démarquent sur le marché du travail.

### Qui sont-ils ?

- Des professionnels indépendants, coachs professionnels, consultants, experts de l'entreprise et des métiers,
- Des responsables RH ou professionnels du réseau du Club des Entreprises,
- Des professionnels de l'association OTECI (Organisation de la Transmission d'Expériences et de Compétences Intergénérationnelle) experts retraités de l'entreprise dans de nombreux domaines,
- Les professionnels de l'association EGEE (Entente des Générations pour l'Emploi et l'Entreprise) - partenaires du Club,
- Les professionnels mandatés des CCE (Conseillers du Commerce Extérieur), partenaires du Club,
- Les professionnels mandatés du GTE (Groupement Transfrontalier Européen), partenaires du Club,
- Des professionnels bénévoles qualifiés,
- Des membres de l'équipe du Club des Entreprises, expérimentés dans l'organisation d'événements étudiants/entreprises.

Ils peuvent intervenir selon **plusieurs statuts** :

- la vacataire universitaire (la majorité)
- le mécénat de compétences
- le bénévolat
- l'intervention de non vacataire\*

*\*Certains professionnels peuvent, d'une année à l'autre, ne plus remplir les conditions pour être vacataire à l'Université. Afin de ne pas se priver de l'expertise de ces professionnels, des solutions de rémunérations identiques à celles de l'USMB peuvent être envisagées au cas par cas par le Club.*



## FOCUS SUR LA BOX « EXPERT »

### Différence avec la Box iPro

Dans la continuité du dispositif de la Box iPro, le Club des Entreprises mobilise son réseau de professionnels pour proposer aux enseignants **des interventions plus spécifiques directement orientées « métier »**, en lien avec les différents domaines de formation de l'Université. C'est le principe de la **Box Expert**.

En apportant leur expertise et leur expérience lors d'interventions qui vont compléter ou diversifier les enseignements académiques, le personnel de ces entreprises industrielles ou de service (souvent des anciens élèves de l'Université) contribue à renforcer la connaissance des métiers, et **donner aux étudiants une approche très concrète des missions** qu'ils seront amenés à réaliser dans la vie professionnelle.

Un **sondage auprès des enseignants** au mois d'avril permet de dresser **l'inventaire des besoins pour la rentrée universitaire suivante**. Les professionnels sont alors consultés à tous les niveaux de l'entreprise pour savoir s'ils peuvent y répondre. En parallèle, nous les sollicitons pour qu'ils nous fassent part des thèmes sur lesquels ils sont experts, qui pourraient intéresser les enseignants.

Le « matching » professionnel/enseignant se fait ensuite au fil de l'eau.

**Vous souhaitez un enseignement en lien avec l'insertion professionnelle :**

- Box iPro

**Vous souhaitez un enseignement en lien avec une compétence métier :**

- Box Expert

### Mécénat de compétences

Pour certains professionnels les interventions de la Box Expert prennent la forme de mécénat de compétences. Ce dispositif d'état consiste, pour l'entreprise et les collectivités, à **mettre à disposition un salarié volontaire sur son temps de travail, au profit d'une cause d'intérêt général** qui peut notamment prendre la forme d'un prêt de main d'œuvre. Le Club est un organisme éligible au mécénat.

Ainsi, les entreprises qui le souhaitent peuvent mettre à disposition des enseignants, **des professionnels qualifiés pour intervenir dans les cours pour quelques heures ou plus**, dans le cadre d'une convention de mécénat qui précise toutes les modalités (qui peuvent varier d'une entreprise à l'autre, en fonction des souhaits et possibilités de l'entreprise).

## COORDINATION AVEC LE/LA RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE

Toute programmation d'atelier se fait en lien étroit avec le ou la responsable pédagogique. Cependant, une coordination renforcée est souhaitée pour certains ateliers :

### Conférences métier & tables rondes

Les conférences métiers sont des **rencontres entre des étudiants et des professionnels de secteurs d'activités en lien avec la formation**. Nous invitons entre 4 et 10 professionnels représentant des entreprises et des métiers différents.

Le format **très convivial autour d'un apéritif** par tables de 10, permet des échanges riches et spontanés. Des rotations toutes les demi-heures permettent aux étudiants d'échanger avec tous les professionnels sur un temps maximum de trois heures, sur le temps de cours l'après-midi, ou en soirée de 17h00 à 20h00. (À noter que la disponibilité des professionnels est plus garantie en soirée).

Ces ateliers peuvent être mis en place dans toutes les formations.

- Il est important que le/la responsable pédagogique soit partie prenante pour nous **aiguiller sur les profils ou des entreprises qui l'intéressent**, ou nous donner des contacts d'anciens étudiants, surtout dans certains secteurs d'activités plus éloignés de l'entreprise (Psychologie, Histoire, Lettres, Droit, ...)
- Le format d'une conférence métier nécessite la **réservation d'une ou plusieurs salles proches** les unes des autres (en fonction du nombre d'étudiants - jusqu'à 115)
- La présence du responsable pédagogique le jour-J est très appréciée, au moins au début. Même si nous gérons toute l'organisation de A à Z, **les professionnels sont toujours contents de rencontrer les enseignants** (surtout lorsqu'il s'agit d'anciens étudiants).
- Enfin, il est recommandé **d'impliquer les étudiants en amont** pour afin qu'ils se préparent à cette rencontre : connaissance des entreprises présentes, questions sur les métiers représentés le jour J (surtout pour les 1ères années)

### Apéro réseau

Les apéros réseau permettent aux étudiants de rencontrer tout type de professionnels pour un **moment informel et convivial autour d'un apéritif**.

L'objectif est de pouvoir **aborder librement** des sujets comme la recherche d'emploi, les entretiens, la construction des outils de candidature, les attentes salariales, etc..., **tout en liant des liens** avec les personnes présentes.

Ces ateliers peuvent être organisés pour une formation mais également à plus grande échelle (sur une composante entière voire un campus -comme en 2024 sur le campus d'Annecy).

## Simulations d'entretiens & clinique du CV

Les simulations d'entretiens permettent à vos étudiants de se préparer en fonction de leurs échéances (stage, alternance...) en se mettant **dans les conditions réelles d'un entretien avec des professionnels qualifiés**.

Elles peuvent s'organiser dans toutes les formations, et pour tous les niveaux, aussi bien sur un petit groupe d'étudiants que sur une promotion entière.

Le principe de la **clinique du CV** est de permettre aux étudiants de prendre un temps pour **corriger leur CV** avec un professionnel du recrutement.

Ces deux interventions prennent la forme de **rendez-vous de 15 min** par étudiant.

Des **CVthèques** sont créées pour chaque professionnel en fonction de leur planning.

- Ces interventions mobilisent plusieurs professionnels, nécessitant une **logistique appropriée** que le Club pilote en lien avec les services de la composante et le/la responsable pédagogique.
- Cela implique **d'anticiper la réalisation et/ou actualisation** des documents de candidature des étudiants avant l'atelier.

**Les conférences métiers, les tables rondes, les simulations d'entretiens, ainsi que la clinique du CV, sont toujours animés par des bénévoles.**



## RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

L'organisation des modules est **en cohérence avec le référentiel de compétences du Club**. → (voir extrait page 6 et 7).

Ce référentiel, visé par le département APPRENDRE de l'Université, détermine 5 compétences essentielles pour s'insérer dans le monde professionnel de manière efficace et pérenne.

Chaque atelier apporte une solution pour contribuer à l'acquisition de l'une de ces 5 compétences en fonction du niveau de vos étudiants.

**En combinant les interventions dans les différentes rubriques**, vous pouvez construire un module parfaitement adapté aux objectifs de vos étudiants en fonction de leurs niveaux (stage, alternance, emploi), ainsi qu'aux directives de vos maquettes pédagogiques.

## RÉFÉRENCIEL DE COMPÉTENCES EN INSERTION PROFESSIONNELLE

### Les compétences et les composantes essentielles

Une compétence est un « savoir agir complexe », prenant appui sur la mobilisation et la combinaison efficaces d'une variété de ressources à l'intérieur d'une famille de situations (Tardif, 2006). Les ressources désignent ici les savoirs, savoir-faire et savoir-être dont dispose un individu et qui lui permettent de mettre en oeuvre la compétence.

Ce référentiel est propre au Club des Entreprises de l'Université Savoie Mont Blanc. Il identifie 5 compétences qui nous semblent essentielles pour donner toutes les chances à un ou une étudiante de réussir son insertion professionnelle :

1. Connaître sa personnalité, son profil personnel et professionnel
2. Formaliser un projet professionnel cohérent et réaliste
3. Concevoir des outils de candidature professionnels personnalisés
4. Acquérir une méthodologie dans sa recherche de stage ou d'emploi
5. Adopter un comportement professionnel adéquat

<b>Connaître</b>	<p>Connaître sa personnalité, son profil personnel et professionnel</p> <p>Typologie : compétence réflexive</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ En effectuant une introspection sur soi-même</li> <li>▶ En considérant les interactions avec les autres</li> <li>▶ En considérant l'ensemble des facteurs dynamiques qui orientent les actions et déterminent une conduite</li> </ul>
<b>Formaliser</b>	<p>Formaliser un projet professionnel</p> <p>Typologie : compétence réflexive</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ En considérant les principaux aspects de sa personnalité</li> </ul>
<b>Concevoir</b>	<p>Concevoir des outils de candidatures professionnels personnalisés</p> <p>Typologie : compétence disciplinaire et professionnelle</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ En définissant un objectif professionnel réaliste et cohérent, en phase avec ses valeurs</li> </ul>
<b>Acquérir</b>	<p>Acquérir une méthodologie dans la recherche de stage ou d'emploi</p> <p>Typologie : compétence disciplinaire et professionnelle</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ En fonction d'un objectif précis, d'un contexte, pour une cible identifiée</li> <li>▶ En prenant en compte et en appliquant les conseils de professionnels experts du recrutement</li> <li>▶ En se situant par rapport aux autres candidats de niveau d'étude identique</li> </ul>
<b>Adopter</b>	<p>Adopter un comportement professionnel adéquat</p> <p>Typologie : compétence relationnelle</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ En mobilisant les ressources personnelles et les acquis techniques dans une situation professionnelle</li> <li>▶ En respectant les contraintes humaines, techniques et réglementaires dans une situation professionnelle</li> </ul>

## RÉFÉRENCIEL DE COMPÉTENCES EN INSERTION PROFESSIONNELLE

### Sur la base d'un module TD de 10 heures - évolution en fonction des NIVEAUX

Syllabus : Donner aux étudiants les bases indispensables à une recherche de stage ou d'emploi et à leur futur positionnement sur le marché du travail. Développer les compétences techniques (formalisation et rédaction d'outils professionnels) comme les compétences comportementales (prise de contacts, entretien de recrutement, motivation...) et leur permettre de comprendre ce que l'on attend d'eux sur le marché de l'emploi pour y répondre de manière professionnelle.

Connaître	Formaliser	Concevoir	Acquérir	Adopter
Connaître sa personnalité, son profil personnel et professionnel	Formaliser un projet professionnel	Concevoir des outils de candidatures professionnalisés	Acquérir une méthodologie dans la recherche de stage ou d'emploi	Adopter un comportement professionnel adéquat
NIVEAU L1 OU BUT 1	NIVEAU L1 OU BUT 1	NIVEAU L1 OU BUT 1	NIVEAU L1 OU BUT 1	NIVEAU L1 OU BUT 1
<b>Décrire</b> ce que l'on aime ou que l'on n'aime pas - <b>Identifier</b> les grandes lignes de son caractère - Identifier ses principaux acquis	<b>Décrire</b> ce qui nous motive - <b>Envisager</b> un secteur ou domaine d'activité qui correspond à ses goûts, ses aptitudes et ses valeurs	<b>Comprendre</b> l'objectif des outils pros (CV, lettre, etc.) - <b>Concevoir</b> ses premiers documents d'après une méthodologie simple	<b>Comprendre</b> la nécessité d'une méthodologie - <b>Créer et utiliser</b> des outils simples de gestion de projet	<b>Comprendre</b> l'importance de maîtriser certaines règles comportementales et <b>les décrire</b>
NIVEAU L2-3 OU BUT 2	NIVEAU L2-3 OU BUT 2	NIVEAU L2-3 OU BUT 2	NIVEAU L2-3 OU BUT 2	NIVEAU L2-3 OU BUT 2
<b>Connaître</b> sa manière de fonctionner et de réagir en situation professionnelle, ses principales qualités et faiblesses, faire l'inventaire de ses connaissances et savoir-faire	<b>Préciser</b> un projet professionnel plus abouti en considérant ses acquis techniques, ses expériences professionnelles et personnelles, les différents métiers et le contexte	<b>Concevoir</b> et adapter des outils professionnels sur la base d'une méthodologie en fonction d'un objectif précis et/ou d'une cible identifiée	<b>Appliquer</b> une méthodologie et mettre en oeuvre des outils simples de gestion de projet en fonction d'un objectif précis	<b>Adopter et appliquer</b> les règles comportementales nécessaires à l'intégration en entreprise
NIVEAU M1-2 OU BUT 3	NIVEAU M1-2 OU BUT 3	NIVEAU M1-2 OU BUT 3	NIVEAU M1-2 OU BUT 3	NIVEAU M1-2 OU BUT 3
<b>Connaître très précisément</b> son profil en terme de savoir-faire et savoir-être en situation professionnelle, comment remédier à ses manques et comment valoriser ses atouts	<b>Décrire précisément</b> le type de métier, le secteur d'activité, le type de mission que je vise : pourquoi et dans quel objectif professionnel	<b>Adapter</b> ses outils professionnels en fonction d'un objectif précis - <b>Sélectionner</b> les informations - <b>Valoriser</b> des éléments de démarcation	<b>Maîtriser</b> une méthodologie de gestion de projet avancée dans la préparation et la mise en oeuvre d'une recherche d'emploi sur la base d'un projet professionnel clair	<b>Maîtriser</b> les règles comportementales nécessaires à l'intégration et l'évolution en entreprise en ayant connaissance du secteur visé et de ses codes

# CATALOGUE DES ATELIERS



## 1. CONNAÎTRE SA PERSONNALITÉ, SON PROFIL PERSONNEL ET PROFESSIONNEL — 16

### SAVOIR QUI JE SUIS 16

Découvrir qui je suis avec l'atelier Narcisse .....	16
Mieux se connaître avec un test de personnalité (MBTI ou CGP) .....	16
Mieux se connaître et connaître l'autre avec Com Colors .....	17
Mieux se connaître avec l'intelligence émotionnelle .....	17
Comprendre son comportement avec le test DISC .....	17
Découvrir ses forces et les mettre en action .....	18
Connaître sa personnalité avec l'atelier Lego Serious Play .....	18

### SAVOIR CE QUE JE VEUX 18

Identifier ses valeurs .....	19
Connaitre ses valeurs grâce à la programmation neuro-linguistique (PNL) .....	19
Identifier ses motivations avec l'atelier Carotte .....	19
Boost positif .....	20

Nouveau

### IDENTIFIER CE QUE JE SAIS FAIRE 20

Révéler ses talents .....	20
Identifier et valoriser ce qui nous démarque avec l'atelier Pépite .....	21
Identifier ses compétences avec l'atelier Lego Serious Play .....	21
Conjuguer performance et bien-être avec l'intelligence émotionnelle .....	21
Libérer sa créativité ! Un atout majeur en entreprise .....	22

## 2. FORMALISER UN PROJET PROFESSIONNEL — 23

### DÉFINIR UN PROJET PROFESSIONNEL 23

Construire son projet professionnel .....	23
Donner du sens à son projet professionnel .....	23
Réaliser un mood board de son projet professionnel .....	24
L'insertion professionnelle des doctorants .....	24

### EXPRIMER CLAIREMENT UN PROJET PROFESSIONNEL 24

Mieux s'exprimer à l'oral avec l'atelier Verbal express .....	25
Être percutant en moins d'une minute avec la technique Elevator pitch FR/EN .....	25
Pitche ton projet professionnel ! .....	25
Les fondamentaux du storytelling pour réussir ses présentations .....	26

Nouveau

### CHOISIR UN TYPE DE MÉTIER OU D'ENVIRONNEMENT 26

Réaliser une enquête métier avec l'atelier Tintin .....	26
Les conférences métiers à la carte .....	27
Le(s) métier(s)...	
du commerce .....	27
de la fonction publique .....	27
de la banque et de la gestion de patrimoine .....	28
de l'industrie .....	28
de chef de projet industriel .....	28
du génie climatique .....	29
de l'hydraulique .....	29
de la chimie .....	29
du digital, du data, du pricing .....	30
de développeur d'applications mobiles .....	30
du design graphique .....	30
de la R&D et de l'innovation .....	31
de la logistique et de la supply chain .....	31
de la culture .....	31
des ressources humaines .....	32
de la justice .....	32

## CONNAÎTRE LE CONTEXTE

32

Participer à une visite d'entreprise	33
L'entreprise de A à Z	33
Cartographie du contexte économique	33
Entreprise et écologie	34
La fresque du climat	34
La responsabilité sociétale des entreprises	34
L'entreprise industrielle et ses différents services	35
Handicap et insertion professionnelle	35

## 3. CONCEVOIR DES OUTILS DE CANDIDATURE PERSONNALISÉS

36

Réaliser un auto portrait original	36
Les essentiels du CV	36
Dans la peau d'un DRH - analyser un CV comme un professionnel	37
La clinique du CV	37
Le pitch vidéo	37
Construire une lettre de motivation percutante	38
Maîtriser les candidatures spontanées avec le pitch mail	38
Maîtriser sa communication écrite	39
Choisir les bons mots pour susciter l'intérêt	39

## 4. ACQUÉRIR UNE MÉTHODOLOGIE DANS SA RECHERCHE DE STAGE OU D'EMPLOI

40

### ORGANISER SA RECHERCHE DE STAGE OU D'EMPLOI

40

Booster ses démarches de recherche de stage	40
Créer un tableau de bord avec l'atelier Calepin	40
Ma liste d'entreprises cibles	41
Trouver l'offre qui me correspond avec l'atelier sherlock	41
Savoir utiliser l'intelligence artificielle générative	41
Participer à un forum des stages	42
Participer à un job dating de l'alternance	42

### SE PRÉPARER À L'ENTRETIEN

42

Comment aborder un professionnel avec l'atelier premier contact	43
Utiliser son CV pour gagner en confiance lors d'un entretien	43
Anticiper les questions des recruteurs avec l'atelier stratageme	43
Le pitch de présentation - se présenter en 2 minutes	44
Participer à une simulation d'entretien	44
L'entretien de recrutement de A à Z	44
Gérer ses émotions, avant, pendant et après un entretien	45
Gérer un entretien collectif	45
5 minutes pour convaincre	45
Les nouvelles méthodes de recrutement	46
L'impact de l'apparence physique dans la vie professionnelle	46

Nouveau

## 5. ADOPTER UN COMPORTEMENT PROFESSIONNEL ADÉQUAT

47

### DÉVELOPPER SON SAVOIR-ÊTRE PROFESSIONNEL

47

Adopter la bonne posture professionnelle	47
Objectif employabilité	47
L'importance des qualités personnelles - les « soft skills »	48

Nouveau

Nouveau

Développer un mental gagnant .....	48
Améliorer sa confiance en soi .....	48
Comment dépasser sa timidité ? Même pas peur ! .....	49
Apprendre à gérer le stress .....	49
La gestion de conflit .....	49
Développer son leadership avec l'atelier Be a Boss .....	50

## **DÉVELOPPER L'ART DE LA COMMUNICATION 50**

Développer son image de marque .....	50
Communiquer par téléphone .....	51
La communication non verbale .....	51
Initiation à la communication bienveillante .....	51
Mieux communiquer avec la Process com® .....	52
Assurer sa prise de parole en public avec l'atelier Haut Parleur .....	52

## **DÉVELOPPER SON RÉSEAU PROFESSIONNEL 53**

Construire et développer son réseau professionnel .....	53
Créer et optimiser son profil LinkedIn .....	53
Méthodologie du networking .....	54
Participer à la Semaine Emploi & Entreprise .....	54
Participer à un apéro réseau .....	54

## **S'ÉPANOUIR DANS LE MONDE PROFESSIONNEL 55**

Les codes de la vie en entreprise .....	55
Réussir sa prise de fonction .....	55
S'organiser, prioriser, planifier .....	56
Gérer la surcharge de travail et ses états émotionnels .....	56
La reconnaissance au travail avec la culture du feedback .....	56
Déjouer les jeux de pouvoir .....	57
Le management de projet .....	57
Découvrir le Knowledge Management (KM) .....	57
Le management, l'animation et la gestion d'équipe .....	58
La cohésion d'équipe .....	58
Savoir motiver une équipe .....	58
Travailler en équipe avec des profils atypiques .....	59
Le management de l'innovation .....	59
La force de l'intelligence collective et ses applications concrètes .....	59
La fresque de la performance collective .....	60
Alternant(e)s, impulsez des pratiques innovantes au coeur de votre entreprise ! .....	60
La gestion des relations contractuelles de travail .....	61
Négocier ses conditions d'embauche .....	61

## **DÉVELOPPER SON SENS ENTREPRENEURIAL 62**

L'entrepreneuriat de A à Z .....	62
Oser pour réussir .....	62

## **SE SENSIBILISER À L'INTERNATIONAL 63**

Postuler en Suisse - le statut du frontalier .....	63
Le CV et la lettre de motivation anglophone .....	63
L'insertion professionnelle à l'international .....	64
Témoignages à l'international .....	64
Tout savoir sur le V.I.E .....	64
L'intercompréhension en langue romane .....	65
Le management de l'interculturalité .....	65

## **ORGANISER DES RENCONTRES PROFESSIONNELLES 66**

Organiser une table ronde avec des anciens étudiants .....	66
Interviewer un professionnel avec l'atelier Tribune Pro .....	66

Nouveau

## 6. PÔLE INSERTION ET RÉUSSITE 67

### DEVENIR ÉTUDIANT 67

Gestion du temps et organisation .....	67
Mémoire et concentration .....	67
Apprendre à apprendre .....	68
Prise de notes .....	68

### ATELIERS « BOOST » 69

Faire ses premiers pas à l'Université .....	69
Booster sa motivation .....	69
Savoir gérer le stress .....	70
Booster sa confiance en soi .....	70

### TROUVER SA VOIE 71

Parcoursup et la fiche de suivi et réorientation .....	71
S'interroger sur son choix de filière : rester ou changer ? .....	71
Réfléchir à sa poursuite d'études .....	72
Effectuer une année de césure .....	72



# 1. CONNAÎTRE SA PERSONNALITÉ, SON PROFIL PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

## Connaître

- ▶ En effectuant une introspection sur soi-même
- ▶ En considérant les interactions avec les autres
- ▶ En considérant l'ensemble des facteurs dynamiques qui orientent les actions et déterminent une conduite





## SAVOIR QUI JE SUIS


Le travail sur soi est nécessaire pour savoir qui l'on est et ce qui nous correspond. Connaître sa personnalité est la toute première démarche pour définir un projet professionnel cohérent et réaliste.

### DÉCOUVRIR QUI JE SUIS AVEC L'ATELIER NARCISSE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Premier cycle	Vacataire	X	X

 Aider les étudiants à mieux se connaître en explorant leur personnalité sur la base d'un travail réflexif et d'une analyse personnelle, afin de construire un projet personnel ou professionnel aligné avec leur identité.

 Cet atelier propose un moment d'introspection guidée pour apprendre à se connaître, à s'affirmer et à poser les bases d'un projet de vie cohérent. À travers des outils ludiques et interactifs, sans test de personnalité (jeux de rôle, échanges en groupe, cartes de valeurs...) les étudiants vont réaliser une cartographie de leur personnalité et un mind mapping. Le but étant d'essayer de se projeter en créant son profil à plus long terme.


 L'étudiant est capable de parler de lui avec discernement (qualités, défauts, atouts, faiblesses) – L'objectif est une prise de recul pour prendre conscience de ses valeurs, de ce qui nous anime et donne du sens à nos actions. Développer une meilleure estime de soi et renforcer sa confiance pour mieux orienter ses choix professionnels.


### MIEUX SE CONNAÎTRE AVEC UN TEST DE PERSONNALITÉ (MBTI OU CGP)

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	X
Format	TP/TD	Spécificités	X
Cible	Premier cycle		



 Découvrir sa personnalité par le biais d'un test comme le questionnaire MBTI (Myers- Briggs Type Indicator) ou le test CGP (Centre de Gravité Professionnelle).

 Comprendre l'objectif d'un test de personnalité. En fonction du test choisi, l'intervenant apporte les caractéristiques principales de l'outil et les interprétations que l'on peut en attendre / passage du test / études de cas pour comprendre le lien qui existe entre la personnalité et l'exercice professionnel d'une activité.

 L'étudiant comprend mieux les différents modes de fonctionnement et les caractéristiques psychologiques qui peuvent affecter le comportement professionnel et rendre une personne plus ou moins apte à exercer une fonction.

## MIEUX SE CONNAÎTRE ET CONNAÎTRE L'AUTRE AVEC COM COLORS

Type	Atelier
Durée	3h
Format	TP/TD
Cible	Premier cycle

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X



ComCOLORS®

- 🔍 Aller à la découverte de soi et mieux comprendre sa personnalité pour prendre confiance et améliorer sa relation aux autres.
- 📝 Grâce au modèle Com Colors qui est coloré, ludique, simple à comprendre et qui apporte des réponses concrètes, les étudiants vont apprendre à connaître leurs points forts et améliorer leurs relations.
- 🎯 Grandir et gagner en maturité tout en restant soi-même, améliorer ses relations personnelles et professionnelles.

## MIEUX SE CONNAÎTRE AVEC L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	X	X

- 🔍 Comprendre ses émotions en explorant son nuancier personnel, cultiver son équilibre émotionnel et savoir composer avec au quotidien.
- 📝 Appréhender les différentes portes d'entrée d'un message émotionnel, chez soi et chez l'autre. Adopter une posture adaptée aux besoins émotionnels à partir de mises en situations. Découvrir comment réussir à maintenir un équilibre intérieur durable grâce à l'intelligence émotionnelle.
- 🎯 Le travail sur l'intelligence émotionnelle permet de renforcer la connaissance de soi, d'ajuster ses réactions, et d'améliorer la qualité des relations interpersonnelles, tant dans la sphère professionnelle que personnelle.

## COMPRENDRE SON COMPORTEMENT AVEC LE TEST DISC

Type	Atelier
Durée	3h
Format	TP/TD
Cible	Premier cycle

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X



- 🔍 Découverte du test de personnalité "DISC" qui, depuis plus d'un siècle, détermine 4 types de comportement et révèle comment nous fonctionnons face aux événements.
- 📝 Présentation de l'outil souvent utilisé dans la seconde partie d'un recrutement, qui permet de mesurer les comportements de l'individu pour constituer des équipes efficaces ou pour apprendre comment manager chaque profil d'une équipe.
- 🎯 Prendre conscience de ses comportements, de ses forces, de ses limites et de ses axes de développement, pour gagner en flexibilité et en efficacité.

## DÉCOUVRIR SES FORCES ET LES METTRE EN ACTION

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Premier cycle

Intervenant	Vacataire
Prérequis	x
Spécificités	x



- 🔍 En fonction de l'intervenant(e), on utilisera divers outils, des jeux, des cartes, pour apprendre à identifier ses forces et les mobiliser pour s'épanouir dans sa vie en général.
- 📝 Les étudiants ont un support de réflexion qui va leur permettre de distinguer leurs forces, leurs potentiels et leurs faiblesses. Ils apprendront comment mobiliser et optimiser ce potentiel dans leur vie personnelle et professionnelle.
- 🎯 Mieux se connaître – identifier ce qui donne de l'énergie : gagner en sagacité et en perspectives dans sa vie, générer de l'optimisme et de la confiance.

## CONNAÎTRE SA PERSONNALITÉ AVEC L'ATELIER LEGO SERIOUS PLAY

Type	Atelier
Durée	3h minimum
Format	TP
Cible	3 <sup>e</sup> à 5 <sup>e</sup> année

Intervenant	Vacataire
Prérequis	x
Spécificités	x



- 🔍 Apprendre à mieux se connaître avec une méthode ludique et des petites briques LEGO®.
- 📝 À partir de la manipulation et l'ordonnancement de petites briques, les étudiants vont appréhender leur personnalité, le regard des autres et ce qu'ils envisagent de devenir.
- 🎯 L'étudiant est capable de parler de lui, de prendre du recul et de se projeter dans l'avenir. L'atelier fait appel à la créativité, l'introspection, la prise de recul et la connaissance de soi.



## SAVOIR CE QUE JE VEUX

Pour définir un projet professionnel qui nous correspond, il faut connaître ses envies, ses goûts, ses valeurs...

## IDENTIFIER SES VALEURS

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	x
Spécificités	x



- Comprendre ce que sont les valeurs et leur rôle dans nos choix et comportements. Les étudiants vont identifier leurs propres valeurs fondamentales à travers des exercices pratiques et des outils ludiques.
- L'atelier combine des apports théoriques, des exercices d'introspection et des temps de partage en toute bienveillance. En fonction de l'intervenant, on utilisera des outils issus du développement personnel, de la psychologie positive (méthode photolangage) ou du coaching.
- L'étudiant verra plus clair sur ce qui est vraiment important pour lui. Il pourra ainsi choisir les entreprises les plus en phase avec son projet de vie professionnel. Il gagnera en motivation et cohérence personnelle.

## CONNAITRE SES VALEURS GRÂCE À LA PROGRAMMATION NEURO-LINGUISTIQUE (PNL)

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	x	x

- L'atelier propose une exploration guidée de ses valeurs profondes à l'aide des outils de la PNL. Grâce à des techniques de PNL qu'ils vont s'approprier, les étudiants découvriront ce qui les motive réellement, ce qui donne du sens à leurs actions et influence leurs choix. Grâce à une meilleure connaissance d'eux-mêmes, ils pourront mieux clarifier leurs priorités, aligner leurs décisions avec leurs convictions et renforcer leur cohérence personnelle et professionnelle.
- La connaissance du système de valeurs conscientes et inconscientes et leur impact sur ses choix, comportement et relations, permet à l'étudiant de gagner en connaissance de lui-même et en détermination. Il apprendra à détecter d'éventuels conflits de valeurs, à aligner ses actions avec ce qui a du sens pour lui et à renforcer sa motivation.

## IDENTIFIER SES MOTIVATIONS AVEC L'ATELIER CAROTTE

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	x
Spécificités	x




- Identifier nos valeurs motrices, celles qui sont source d'énergie et d'envie d'agir et qui déterminent notre comportement et nos actions.
- Qu'est ce que la motivation ? Quelles sont les différentes sortes de motivation ? Comment est-elle activée ? A quoi sert d'être motivé(e) ? Comment stimuler notre motivation ? Exercices à partir d'exemples.
- Se fixer des objectifs, gérer son comportement, définir un projet réaliste en lien avec ce qui nous plaît vraiment - identifier les fondements de notre motivation : c'est-à-dire les domaines où le sentiment d'auto-efficacité est le plus fort.

## BOOST POSITIF

Nouveau

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1h	TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	X	X

 Déclencheur de prise de conscience + réveil de l'engagement personnel . Atelier de début d'année qui a pour objectif de (re) booster la motivation et le comportement des étudiants sur leurs études en général afin qu'ils soient acteurs de leur parcours.

 L'intervention « Boost positif » réveille les talents en se servant du parallèle entre les enjeux/opportunités du monde professionnel et le contenu du cursus des étudiants, pour les convaincre qu'ils sont au bon endroit et que c'est leur passage à l'acte qui fera la différence. Agrémenté d'exemples parlants et d'anecdotes sur le potentiel de leur génération qui a besoin d'inspiration et de rythme, ce nouveau format d'intervention dope fortement l'engagement de l'audience, qu'il faut traduire en dynamique positive et nourrir ensuite tout au long de l'année, pour accompagner les étudiants vers leur épanouissement et le succès.

 (Ré)activer la motivation et l'envie des étudiants face à leurs études, identifier et maîtriser les ingrédients d'un engagement efficace et durable, apporter les leviers pour prendre leur destin en main et garder confiance en leurs capacités.



### IDENTIFIER CE QUE JE SAIS FAIRE

Identifier les acquis issus de nos formations, stages, expériences personnelles ou professionnelles, permet de renforcer l'estime de soi et construire un projet solide.

## RÉVÉLER SES TALENTS


Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X






 Connaître ses points forts, ses particularités, ses capacités pour se développer à sa manière et se démarquer des autres.

 Les participants vont explorer leurs talents à travers des échanges, des jeux et des mises en situation faisant appel à une introspection centrée sur les émotions et les souvenirs. Débriefing et débat autour des concepts découverts pendant la mise en situation.

 Identifier et assumer ses points forts et ses particularités - distinguer les différentes formes d'intelligences, de natures, de personnalités, et leurs principales caractéristiques. Considérer les points découverts comme des ressources pour son projet professionnel.

## IDENTIFIER ET VALORISER CE QUI NOUS DÉMARQUE AVEC L'ATELIER PÉPITE




Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP/TD	Tous niveaux	Pôle IP / Vacataire	x	x

-  Mettre en lumière les « pépites » qui jalonnent notre parcours : réussites, diplômes, atouts, qualités... identifier ses réalisations et ses compétences et les valoriser dans ses outils de communication.
-  Apprendre à faire l'inventaire de ce que l'on sait faire en plus de nos expériences purement professionnelles qui peuvent être valorisées auprès d'un employeur pour une mission donnée.
-  Diagnostiquer ses compétences en explorant ses expériences personnelles et professionnelles. Apprendre à les formuler dans le langage des recruteurs. Savoir les valoriser pour se démarquer. L'atelier fait appel à l'introspection et la connaissance de soi.

## IDENTIFIER SES COMPÉTENCES AVEC L'ATELIER LEGO SERIOUS PLAY




Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h minimum	Prérequis	x
Format	TP	Spécificités	x
Cible	Tous niveaux		



-  La méthode LEGO ® SERIOUS PLAY est un processus qui réveille l'imagination et permet de communiquer en 3D pour faire face à des défis complexes et abstraits en utilisant des briques LEGO ® pour construire des métaphores et raconter un récit ou un vécu.
-  Les étudiants sont mis en situation pour aller à la découverte de leurs comportements et atouts au travers de la construction et de la stratégie collective. L'objectif est d'innover en libérant la créativité de tous, en transformant les idées en actions concrètes. Les trois compétences : visuelle, auditive et kinesthésique sont mobilisées.
-  La méthode LEGO ® SERIOUS PLAY ®aide les étudiants à penser par eux-mêmes dans des situations expérientielles, réelles et liées au travail. Elle permet de mettre en lumière leurs qualités comportementales et leurs atouts.

## CONJUGUER PERFORMANCE ET BIEN-ÊTRE AVEC L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE




Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	x	x

-  Envisager l'intelligence émotionnelle comme un levier de performance professionnelle ET de bien-être personnel.
-  Découvrir les fondements de l'intelligence émotionnelle à travers ses 7 compétences. Apprendre et intégrer les pratiques de l'intelligence émotionnelle pour trouver et maintenir son équilibre et aborder sereinement sa vie professionnelle.
-  Savoir concilier productivité et bien-être au quotidien et apprendre à se prémunir de l'épuisement.

## LIBÉRER SA CRÉATIVITÉ ! UN ATOUT MAJEUR EN ENTREPRISE

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	x
Format	TP/TD	Spécificités	x
Cible	Tous niveaux		



-  La créativité, et ce qui en découle (innovation, flexibilité...) est une compétence indispensable dans le monde du travail. Grâce à des outils et des mises en pratiques ludiques (et créatives !) cet atelier permet aux étudiants de libérer leur créativité de manière exponentielle.
-  L'objectif est de permettre aux étudiants de faire sauter les blocages mentaux liés à la créativité. En fonction de l'intervenant(e) ils utiliseront différents outils pour accéder à des états propices à l'imagination. Ils découvriront des méthodes concrètes et ludiques pour stimuler leurs idées.
-  Donner aux étudiants des outils permettant de créer l'état mental qui leur permettra de libérer leur créativité au quotidien et de se démarquer au sein d'une équipe professionnelle.

## 2. FORMALISER UN PROJET PROFESSIONNEL

### Formaliser

► En considérant les principaux aspects de sa personnalité



### DÉFINIR UN PROJET PROFESSIONNEL

Un projet professionnel bien réfléchi permet de prendre les bonnes décisions, en accord avec ses valeurs, ses aspirations, ses compétences tout en considérant le contexte du marché.

#### CONSTRUIRE SON PROJET PROFESSIONNEL

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	3h	Prérequis	x
Format	TP/TD	Spécificités	x
Cible	Tous niveaux		



- Construire un projet en lien avec ses valeurs, ses motivations, ses compétences.
- Sur la base d'une pédagogie active et ludique et à travers différentes étapes, les étudiants vont prendre de la hauteur pour avoir une vision à 360° de leur personnalité, de leurs forces et de leurs attentes pour demain. Ils seront amenés à amorcer une réflexion sur eux-mêmes ainsi que sur leur environnement, afin de poser sereinement les bases de leur avenir professionnel.
- Entamer ou poursuivre une démarche de construction progressive de son projet professionnel - Acquérir une méthodologie qui pourra être utilisée tout au long de la vie professionnelle.

#### DONNER DU SENS À SON PROJET PROFESSIONNEL

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	x	x

- Un atelier immersif pour explorer ses potentiels, renforcer la confiance en soi et (re)donner du sens à son parcours personnel et professionnel, à travers une méthode créative, inspirée des pratiques narratives.
- À partir de la méthodologie de l'Arbre de Vie (Dina Scherrer, approche narrative), les étudiants retracent leur parcours pour identifier leurs valeurs, forces, compétences, projets et relations ressources. Chaque partie de l'arbre symbolise un aspect clé de leur histoire (racines = origines, tronc = compétences, branches = projets, fruits = réussites...). Ce travail permet une prise de recul constructive sur son parcours, une meilleure connaissance de soi et une mise en lumière de ses ressources, parfois invisibles ou oubliées.
- Identifier et valoriser ses ressources internes (forces, compétences, valeurs), relier des éléments personnels à un projet professionnel motivant, favoriser une narration positive de son parcours, renforcer la confiance en soi et l'envie d'agir, expérimenter un outil de développement personnel accessible et réutilisable.

## RÉALISER UN MOODBOARD DE SON PROJET PROFESSIONNEL

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	Avoir réfléchi à son projet professionnel
Spécificités	X



- 🔍 Clarifier, visualiser et exprimer un projet professionnel de manière créative à l'aide d'un moodboard (planche d'inspiration...).
- ✍️ Après un temps de réflexion sur leurs aspirations personnelles et professionnelles, les étudiants vont sélectionner des images, des mots-clés, des citations, des couleurs... pour représenter de manière visuelle ce qu'ils souhaitent pour leur avenir : types de métiers, environnements de travail, valeurs, inspirations, ambitions, styles de vie... Partage et échanges.
- 🎯 Entamer ou poursuivre une démarche de construction progressive de son projet professionnel - Acquérir une méthodologie qui pourra être utilisée tout au long de la vie professionnelle...

## L'INSERTION PROFESSIONNELLE DES DOCTORANTS

Type	Atelier ou conférence
Durée	3h
Format	TP/TD/CM
Cible	Doctorants

Intervenant	Docteur vacataire
Prérequis	Être élève du Collège Doctoral
Spécificités	Distanciel majoritaire



- 🔍 Informations sur le marché du travail des docteurs pour construire un projet en adéquation avec ses compétences pour postuler sereinement.
- ✍️ Situation professionnelle des doctorants – identifier et valoriser ses compétences – formuler un projet professionnel – réseau et marché caché/candidature et marché ouvert.
- 🎯 Identifier des carrières possibles après la thèse – construire son portefeuille de compétences – construire ses outils de communication – établir sa démarche de recherche d'emploi - développer les outils et la méthode pour trouver le bon poste en phase avec ses compétences.



### EXPRIMER CLAIREMENT UN PROJET PROFESSIONNEL

Être capable d'exprimer clairement, sincèrement et avec conviction un projet, permet d'être crédible et de rassurer les recruteurs.

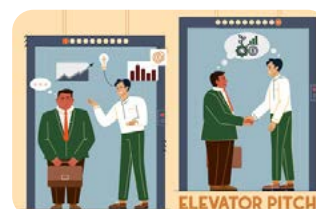
## MIEUX S'EXPRIMER À L'ORAL AVEC L'ATELIER VERBAL EXPRESS

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h ou plus	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	Maîtrise de la langue française	Présentiel obligatoire

- Maîtriser l'art de l'expression verbale pour s'exprimer de manière claire et compréhensible.
- Exercices pour apprendre la diction, le rythme, le ton, le souffle, le débit... Mises en situation.
- Apprendre à s'exprimer de manière simple et claire. Dépasser sa peur de parler en public pour exprimer clairement ses idées. Repérer les erreurs de langage ou les tics pour mieux communiquer, notamment en vue d'exprimer un projet professionnel ou défendre sa candidature.

## ÊTRE PERCUTANT EN MOINS D'UNE MINUTE AVEC LA TECHNIQUE ELEVATOR PITCH FR/EN

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h ou plus	Prérequis	x
Format	TP/TD	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		



- Apprendre à se présenter de manière claire, concise et percutante en moins d'une minute, afin de capter l'attention d'un interlocuteur, comme par exemple un recruteur.
- L'elevator pitch est un discours bref qui permet de présenter efficacement son projet, son profil ou son idée le temps d'un trajet en ascenseur — soit entre 30 secondes et 1 minute. À travers des conseils pratiques, des exercices de mise en situation et des retours personnalisés, cet atelier interactif guidera les étudiants dans la construction de leur propre pitch, adapté à leur objectif et à leur audience.
- L'atelier va apprendre à l'étudiant comment construire son argumentaire pour présenter son parcours lors d'un entretien, en peu de temps, avec des mots choisis. On utilisera le « storytelling » pour valoriser les points forts et créer une trame narrative pour se présenter, tout en améliorant son aisance verbale.

## PITCHE TON PROJET PROFESSIONNEL !

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	Avoir réfléchi à son projet
Format	TP	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		



- Les étudiants vont apprendre à formaliser un argumentaire solide et cohérent et le présenter avec la posture adéquate pour convaincre et se démarquer.
- À la différence de Elevator Pitch, plus centré sur le contenu, cet atelier permet de travailler sur la prise de parole, la posture, la gestuelle... pour rendre son pitch percutant. L'atelier donne aux étudiants des astuces concrètes pour rendre le pitch de leur projet professionnel impactant.
- Synthétiser et organiser sa prise de parole en étapes claires. Exprimer ses idées de manière percutante, maîtriser les aspects de sa communication verbale et non verbale.

## LES FONDAMENTAUX DU STORYTELLING POUR RÉUSSIR SES PRÉSENTATIONS


Nouveau

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X



 Apprendre à structurer des présentations écrites et orales impactantes ; construire des récits adaptés à différents contextes professionnels (pitch, projet, argumentation, changement).

 Les étudiants vont apprendre à maîtriser différentes approches narratives pour structurer des messages clairs et engageants. Ils s'entraîneront à capter l'attention, améliorer leur posture, simplifier des messages complexes, et renforcer leur pouvoir de conviction en situation professionnelle. Différents outils de mise en situation seront utilisés en fonction de l'intervenant(e).

 Apprendre à construire un récit impactant, capter l'attention de son auditoire et renforcer son influence grâce à une communication cohérente, alliant message, posture et supports visuels.



## CHOISIR UN TYPE DE MÉTIER OU D'ENVIRONNEMENT

Connaître les environnements professionnels et les différents types de métiers permet de déterminer ceux qui correspondent le mieux à vos valeurs, et au cadre de travail que vous recherchez pour vous épanouir.


## RÉALISER UNE ENQUÊTE MÉTIER AVEC L'ATELIER TINTIN


Type	Atelier
Durée	1,5h CM présentation + 3h TD restitution
Format	CM/TD
Cible	Premier cycle

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



 Reportage et interview sur les métiers en lien avec une formation.

 Les étudiants reporters vont explorer les réseaux et utiliser les outils mis à disposition pour identifier et étudier les métiers liés à leur formation. Puis ils vont choisir un métier qui leur plaît, et contacter, grâce à l'outil « My Job Glasses », un ou plusieurs professionnels exerçant ce métier pour réaliser une interview et le restituer.

 Identifier un métier qui nous plaît, découvrir les compétences liées à l'exercice de ce métier - rechercher le/la professionnel(le) qui exerce le métier de ses rêves - préparation de l'interview et prise de contact - restitution professionnelle.

## LES CONFÉRENCES MÉTIERS À LA CARTE !

Type	Tables rondes	Intervenant	Professionnels en fonction des domaines
Durée	3h (après-midi ou soirée)	Prérequis	X
Format	TD	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		



- Un format très convivial autour d'un goûter ou d'un apéritif qui permet aux étudiants d'échanger avec des professionnels issus de la même formation qui exercent des métiers différents.
- Discussions libres par table de 10 étudiants avec un professionnel pendant 30 mn puis rotations pour échanger avec tous les étudiants.
- Apprendre sur les parcours, les métiers et les entreprises grâce à un cadre propice aux questions/réponses. Mieux comprendre les métiers pour définir un projet professionnel.

## LE(S) MÉTIER(S)..

### ... DU COMMERCE



Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	Interêt pour les métiers du commerce	Distanciel possible

- Découverte des métiers du commerce porteurs d'emploi et des perspectives d'évolution dans le secteur du commerce.
- Présentation détaillée des missions et compétences clés liées à 4 grands principes : contrôler et gérer/promouvoir et commercialiser/optimiser les ressources humaines/diriger et entreprendre. Témoignages sur différents métiers et carrières dans l'entreprise.
- Ouvrir le « champs des possibles », aider l'étudiant à se positionner par rapport aux métiers possibles et aux attentes des entreprises. Définir un projet professionnel en lien avec ses aptitudes et motivations.

### ... DE LA FONCTION PUBLIQUE



Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	Interêt pour les métiers de la FPT	Distanciel possible

- Identifier les 3 branches de la fonction publique : la fonction publique d'état, la fonction publique territoriale, la fonction publique hospitalière. Découvrir leurs compétences respectives, leurs modes de fonctionnement, leurs filières et leurs métiers.
- Description des 3 collectivités : répartition - compétences - le statut des fonctionnaires - l'organisation des filières - connaissance des principaux métiers et des modes de recrutement.
- Donner aux étudiants une visibilité sur les débouchés professionnels dans les secteurs de la fonction publique. Définir un projet professionnel – se préparer aux concours.



### ... DE LA BANQUE ET DE LA GESTION DE PATRIMOINE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	x	Distanciel possible

- Description des principaux métiers de la banque et de la gestion de patrimoine.
- Présentation des métiers de plus en plus polyvalents et d'autres auxquels on ne pense pas de prime abord : juriste, expert comptable, informaticien ou chef de produit marketing sont maintenant recherchés par les agences. Que ce soit pour des services en ligne ou en agence, de nombreuses possibilités s'offrent aux jeunes.
- Permettre aux étudiants d'avoir une vue d'ensemble des métiers possibles pour préciser un projet professionnel.



### ... DE L'INDUSTRIE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Adapté au niveau des étudiants	Vacataire	x	Distanciel possible

- Tour d'horizon des métiers porteurs d'emploi dans les secteurs de l'industrie, avec un diplôme de technicien supérieur.
- Zoom sur le monde de l'emploi dans l'industrie avec focus sur quelques secteurs et métiers dans les domaines de la métallurgie, de la mécanique, de l'électricité, de la pétrochimie et de l'énergie, particulièrement générateurs d'emploi.
- Donner aux étudiants une visibilité sur les débouchés professionnels par la connaissance des métiers et du contexte économique dans l'industrie. Travailler sur sa capacité de discernement et de projection dans l'avenir. Définir un projet professionnel.



### ... DE CHEF DE PROJET INDUSTRIEL

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence ou atelier	1,5h	TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	Étudiants de filières techniques	Distanciel possible

- Découverte du métier de chef de projet industriel : les différentes tâches liées au poste, en fonction du type d'entreprise.
- Présentation de différents projets industriels dans les domaines ferroviaire, énergie ou automobile. Comment piloter en fonction de la taille des projets, ou du nombre de projets à gérer en parallèle : explications et retours d'expériences.
- Comprendre et analyser le poste de chef de projet industriel : savoir analyser une offre et poser les bonnes questions.



### ... DU GÉNIE CLIMATIQUE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	Intérêt pour les métiers du GC	Distanciel possible

- Présentation générale du génie climatique et de ses métiers.
- Les métiers du génie climatique ont terriblement évolué ces dernières années. Il faut désormais envisager une nouvelle économie et de nouveaux métiers sortant de la simple thermique pour aller vers des solutions énergétiques respectueuses de l'environnement.
- L'objectif de cet atelier est de présenter les métiers du G.C. par le prisme des activités et des compétences. À l'issue de cet atelier, l'étudiant(e) aura une meilleure vision des activités inhérentes aux métiers du G.C. et sera plus à même d'orienter sa formation professionnelle.



### ... DE L'HYDRAULIQUE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence ou atelier	3h	TP/TD/CM	M2 ou cycle ingénieur	Vacataire	Intérêt pour l'hydraulique	Distanciel possible

- Présentation générale des métiers de l'hydraulique et de ses compétences techniques au travers des activités d'une PME référente de EDF HYDRO.
- Présentation des métiers de l'hydraulique à travers 4 grandes spécialités : le génie civil - la mécanique - le contrôle commande - l'électrotechnique. Étude de cas pratiques – Échanges et réponses aux interrogations des étudiants.
- L'objectif de cet atelier est de présenter les métiers de l'hydraulique pour susciter des vocations.



### ... DE LA CHIMIE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	Intérêt pour les métiers de la chimie	Distanciel possible

- Zoom sur les métiers accessibles avec un diplôme de technicien supérieur ou d'ingénieur chimiste.
- Présentation détaillée des missions et des compétences clés liées au métier de chimiste. En fonction de l'intervenant(e), vidéos et quizz interactifs pourront être utilisés.
- Donner aux étudiants une visibilité sur les métiers possibles avec leur diplôme. Les aider à se positionner par rapport aux attentes des entreprises par la connaissance des métiers et des attentes pour ajuster leur projet. Travailler sur leur capacité de discernement et de projection dans l'avenir. Définir un projet professionnel.



### ... DU DIGITAL, DU DATA, DU PRICING

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	Étudiants filières informatiques	Distanciel possible

- Présentation des métiers du digital et des datas dont le développement est au cœur des stratégies marketing et commerciales.
- Démontrer comment la révolution numérique et les réseaux sociaux ont transformé les métiers du marketing et de la communication et le dialogue avec les clients. Définition du « pricing » et du « revenue management » : secteurs concernés, objectifs, exemples de réussite.
- Identifier les nombreuses opportunités de carrières liées à l'expertise digitale, l'analyse data et le « pricing ».



### ... DE DÉVELOPPEUR D'APPLICATIONS MOBILES

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	Intérêt pour l'informatique	Distanciel possible

- Présentation du métier de développeur mobile : ses outils, ses enjeux.
- Description des missions du développeur qui nécessite de solides connaissances en mathématiques et en informatique. Présentation des différents types d'exercice du métier : en cabinet spécialisé, en entreprise ou à son compte. Perspectives d'emploi.
- Identifier les possibilités offertes par ce secteur en constante évolution et à la pointe des nouvelles technologies



### ... DU DESIGN GRAPHIQUE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	x	Distanciel possible

- Présentation des métiers du design graphique qui allient créativité et technicité, mais qui ont tous une spécificité et un objectif bien distinct.
- Les différentes applications des métiers du graphisme sont présentées dans les secteurs de la publicité, des jeux vidéos, de l'audiovisuel de la bande dessinée ou du digital.
- Avoir une vue à 360° des différents métiers pour mieux s'orienter dans un domaine extrêmement porteur mais aussi très concurrentiel.



### ... DE LA R&D ET DE L'INNOVATION

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence ou atelier	1,5h à 3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	x	Distanciel possible

- Découvrir les métiers de la R&D et de l'innovation par des exemples concrets.
- Description des métiers de la R&D et de l'innovation - les avantages/inconvénients à travers des exemples concrets - les différences entre R&D de PME, grands groupes, ou laboratoires publics, etc.
- Présenter les différents métiers de la R&D et de l'innovation, les diplômes pour y accéder, en vue de définir ou préciser un projet professionnel.



### ... DE LA LOGISTIQUE ET DE LA SUPPLY CHAIN

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	x	Distanciel possible

- Description des nouveaux métiers de la logistique et de la supply chain qui émergent dans un écosystème en évolution permanente.
- Présentation des métiers de la logistique qui évoluent pour prévoir la demande de stocks, la gestion des risques ou des coûts environnementaux : Data analyst, architecte supply chain ou encore sustainable supply chain manager : zoom sur ces nouveaux métiers à forte valeur ajoutée !
- Ouvrir le champs des possibles dans des secteurs à forte demande de collaborateurs bien formés.



### ... DE LA CULTURE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h à 3h	CM	Tous niveaux	Vacataire	Interêt pour les métiers de la culture	Distanciel possible

- Les opportunités et spécificités des métiers du monde de la culture en lien avec les publics : communication, marketing, billetterie, accueil, services spectateurs, mécénat...
- Décrire le contexte propre aux acteurs de la culture. En partant du parcours «client», lister et détailler les missions et objectifs des organismes culturels et les métiers qui en découlent : fonctions marketing, vente, accueil et gestion des publics. Zoom sur le développement du mécénat et des services.
- Identifier les opportunités de carrière de ce secteur d'activité en mutation, dans un contexte économique pénalisant.



### ... DES RESSOURCES HUMAINES

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence ou atelier	1,5h à 3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	x	Distanciel possible

- Connaître les fondamentaux des métiers des ressources humaines.
- Présentation du contenu des différents métiers : DRH, chargé de recrutement, chargé de formation, gestionnaire de carrière, etc.. Comprendre la gestion des relations humaines et ses nombreuses tâches.
- Découvrir la diversité des métiers des ressources humaines. Identifier les opportunités de carrière de ce secteur d'activité à très fort enjeu.



### ... DE LA JUSTICE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1,5h	CM	Tous niveaux	Vacataire	Étudiants en droit	Distanciel possible

- Présentation des métiers très variés de la justice où les valeurs sont fondées sur l'humain.
- Animé par un(e) professionnel(le) de la magistrature, ce cours propose un tour d'horizon des nombreux métiers de la justice : du greffier au juge d'instruction, en passant par les juristes assistants, attachés de justice, avocats, notaires... mais aussi tous les métiers des forces de l'ordre : police, gendarmerie, commissaires de justice, mandataires, etc.
- Donner aux étudiants une vision plus large des opportunités de carrière avec une formation en droit.






### CONNAÎTRE LE CONTEXTE

Il est indispensable de s'assurer que le secteur d'activité ou le métier visé vous correspond et qu'il est dans une dynamique économique positive qui offre des emplois ou qui correspond à un besoin.

## PARTICIPER À UNE VISITE D'ENTREPRISE




Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	2,5h à 4h	Prérequis	Accompagnateur par groupe
Format	10 à 120 étudiants (groupe de 10/15)	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		



-  Visites d'entreprises dans un secteur d'activité en lien avec une formation.
-  Organisation d'un planning de visites par groupes de 10 à 15 étudiants accompagnés par un(e) enseignant(e). En fonction des entreprises, un programme est organisé qui comprend généralement : accueil et présentation de l'entreprise – visite des ateliers - échanges avec des professionnels et synthèse en salle.
-  Découvrir la réalité des environnements professionnels. Démystifier l'entreprise industrielle et les métiers mal connus - confirmer un projet professionnel en se confrontant à la réalité d'un métier. Apprendre sur les missions et les compétences attendues en entreprise.

## L'ENTREPRISE DE A À Z




Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence ou atelier	3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	X	Distanciel possible

-  Qu'est-ce qu'une entreprise ? Comment ça marche ? L'atelier vise à présenter les notions fondamentales autour de l'entreprise.
-  Présentation de l'entreprise de son fonctionnement général : sa nature, ses objectifs, les différents statuts juridiques, les fonctions principales, l'organisation des services, l'organisation comptable, les obligations administratives et légales, et son rôle économique et social.
-  Apprendre à l'étudiant(e) ce qu'est une entreprise et comment elle fonctionne, ainsi que le rôle du jeune diplômé qui vient d'être recruté. L'objectif est d'apporter une compréhension simple et complète afin qu'il ne se sente pas pris au dépourvu lors de sa première expérience.

## CARTOGRAPHIE DU CONTEXTE ÉCONOMIQUE

Type	Conférence	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	X
Format	TP/TD/CM (selon le nombre d'étudiants)	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		






-  Aperçu de la tendance économique à l'échelle de la Région Auvergne Rhône Alpes et de la France.
-  Descriptif de la tendance du marché d'après les études récentes de la CCI – cartographie des secteurs qui recrutent et de ceux qui sont en tension. Évolutions et perspectives.
-  Apprendre sur l'environnement économique de la région – découvrir les secteurs et les tendances qui font le dynamisme d'un marché économique - connaître le contexte pour déterminer un projet réaliste et atteignable.

## ENTREPRISE ET ÉCOLOGIE

Type	Conférence	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	x
Format	TP/CM	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		






-  Montrer aux étudiants que le monde de l'entreprise, avec ses diverses contraintes (externes, internes) s'est doté d'outils pour contribuer, autant que possible, à diminuer son empreinte écologique sur la planète.
-  Après un rappel des enjeux environnementaux et des nouveaux syndromes d'éco-anxiété ou de "solastalgie", comment l'entreprise peut apporter des réponses dans une démarche d'amélioration continue (réglementation, normes, conseils...) en parallèle d'actions individuelles des citoyens salariés.
-  Mettre en perspective les différentes formes d'engagement pour la planète, tant au niveau individuel que collectif, et les actions mises en oeuvre par les entreprises.

## LA FRESQUE DU CLIMAT

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	4h	Prérequis	x
Format	TP	Spécificités	Présenciel obligatoire
Cible	Tous niveaux		






-  La Fresque du Climat est un atelier collaboratif et pédagogique qui sensibilise les étudiants de manière ludique et scientifique aux causes et conséquences du changement climatique.
-  Avec des outils d'intelligence collective et à l'aide de cartes illustrées issues du rapport du GIEC, les étudiants vont reconstituer les liens de cause à effet du dérèglement climatique, en comprendre les enjeux, et mener une réflexion collective sur les leviers d'action individuels et collectifs possibles.
-  L'objectif est de permettre aux étudiants de prendre conscience de l'urgence climatique, d'acquérir une vision globale et systémique du problème, et de réfléchir ensemble aux leviers d'action possibles, que ce soit dans la vie quotidienne, les études ou la future vie professionnelle.

## LA RESPONSABILITÉ SOCIÉTALE DES ENTREPRISES


Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	x
Format	TP/TD/CM	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		



-  Qu'est-ce que la responsabilité sociétale des entreprises ? Cet atelier sensibilise les étudiants à l'importance d'intégrer des valeurs en matière d'égalité, de bien-être au travail et de préservation de l'environnement.
-  En fonction de l'intervenant, on abordera : la définition de la RSE - les trois piliers de la RSE (écologique, social et économique) - les raisons de mettre en place une démarche RSE dans l'entreprise - la méthode pour mettre en place une démarche RSE dans l'entreprise.
-  Aider l'étudiant(e) à comprendre la RSE en tant que futur(e) candidat(e) à l'insertion professionnelle. Le sensibiliser à la RSE et à ses enjeux en tant que futur collaborateur d'une entreprise engagée dans cette démarche.

## L'ENTREPRISE INDUSTRIELLE ET SES DIFFÉRENTS SERVICES




Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h à 4,5h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	Intérêt pour l'industrie	Distanciel possible

-  Découvrir une entreprise industrielle par la mise en situation des étudiants dans les différents services qui la composent.
-  Les étudiants feront grandir une entreprise virtuelle en intégrant progressivement de nouveaux rôles : au départ l'individu travaille seul et va s'entourer peu à peu de compétences pour l'aider à développer son projet.
-  Se projeter dans un environnement industriel complexe, comprendre les flux d'information et comment s'organise l'entreprise au travers de ses différents services : production, méthodes, industrialisation, bureau d'études, administratif, commercial, logistique, achats, etc.

## HANDICAP ET INSERTION PROFESSIONNELLE

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h	Prérequis	x
Format	TP/TD	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		



-  Reconnaître et intégrer les collaborateurs en situation de handicap en valorisant leurs compétences et en prenant leurs différences comme une richesse pour l'équipe.
-  À partir de témoignages et de retours d'expériences, l'intervenant(e) explique comment accepter, intégrer, collaborer avec une personne en situation de handicap et quels sont les outils pour une bonne collaboration. Mises en situation et jeux de rôles permettent de briser les barrières et les tabous.
-  Contribuer à transmettre ou conforter l'idée que l'intégration de personnes en situation de handicap est une chance pour l'entreprise en fédérant les équipes autour de valeurs humaines.

### 3. CONCEVOIR DES OUTILS DE CANDIDATURE PERSONNALISÉS

#### Concevoir

- ▶ En définissant un objectif professionnel réaliste et cohérent, en phase avec ses valeurs



La qualité des outils de candidature sera déterminante pour intéresser un recruteur : forme, contenu, attractivité... chaque détail est à considérer et peut vraiment faire la différence !

#### RÉALISER UN AUTO PORTRAIT ORIGINAL

Type	Atelier
Durée	3h ou plus (selon le projet)
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



- 🔍 Réaliser un auto portrait original à insérer dans un CV ou sur un réseau professionnel.
- 📝 En fonction de l'intervenant(e) et sur la base d'exemples concrets, le cours proposera différentes solutions pour créer un portrait sur un support original.
- 🎯 Se démarquer par la réalisation d'un outil de communication original qui traduit la personnalité et la créativité. Prise de recul – introspection et connaissance de soi.

#### LES ESSENTIELS DU CV

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Adapté au niveau des étudiants




Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	Avoir une ébauche de CV
Spécificités	Présentiel obligatoire



- 🔍 Déterminer les règles d'or d'un bon CV par une mise en situation et les conseils avisés d'un(e) professionnel(le) du recrutement expérimenté(e).
- 📝 Qu'est-ce qu'un bon CV ? Les étudiants se mettent à la place d'un recruteur pour comparer et analyser plusieurs CV d'étudiants de leur formation. Ils vont être confrontés aux erreurs et vont devoir faire ressortir par eux-mêmes, les règles d'or qui déterminent un CV professionnel efficace.
- 🎯 Concevoir, rédiger et faire évoluer un CV professionnel. Etre capable de l'adapter en fonction des missions ou des entreprises sollicitées.

## DANS LA PEAU D'UN DRH : ANALYSER UN CV COMME UN PROFESSIONNEL




Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h	TP/TD	Futurs DRH ou dirigeants	Pôle IP / Vacataire	Avoir préparé son CV	Présentiel obligatoire

-  Se mettre à la place d'un recruteur et apprendre à discerner un bon d'un mauvais CV.
-  Après le rappel de ce qu'est un bon CV, les étudiants vont analyser une vingtaine de documents différents liés à une offre, trier les bons et les moins bons, être capable d'argumenter, en expliquant les critères qui ont déterminé leurs choix.
-  Apprendre des autres pour être capable de s'autocritiquer. Renforcer l'estime de soi en endossant le rôle du recruteur. Mieux comprendre les erreurs que l'on peut faire sur un CV. Adopter un esprit critique et du discernement.

## LA CLINIQUE DU CV

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	3h	Prérequis	Avoir préparé son CV
Format	TP/TD	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		






-  Atelier où les étudiant(e)s font corriger leur CV en direct et reçoivent des conseils personnalisés de professionnels du recrutement.
-  Les étudiant(e)s passent 15 minutes devant un professionnel du recrutement pour recevoir un regard d'expert sur leur CV.
-  Avoir un retour et un regard critique sur son CV – apprendre ce que l'on attend de nous pour que ce document primordial ait un impact. Revoir les règles de rédaction d'un CV aux normes – appliquer les consignes.

## LE PITCH VIDÉO

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	1/2 journée	Prérequis	Avoir un pitch de présentation
Format	TP	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		






-  Créer un CV original sous la forme d'un outil vidéo.
-  Rédaction ou amélioration du pitch – essais de présentation – tournage et montage.
-  Se familiariser avec le pitch de présentation – apprendre à parler devant une caméra – notions de tournage et de montage avec un logiciel simple. Se démarquer lors d'une candidature avec un CV original approprié au poste.

## CONSTRUIRE UNE LETTRE DE MOTIVATION PERCUTANTE

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP/TD
Cible	Adapté au niveau des étudiants

Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	Avoir préparé sa lettre de motivation
Spécificités	X






-  Comprendre l'objectif d'une lettre de motivation et apprendre à en rédiger de bonnes sans l'aide de l'intelligence artificielle.
-  Qu'est-ce qu'une bonne lettre de motivation ? Conseils et erreurs à éviter – dégager les idées principales et les mots clés – construction et règles de mise en page. Comparer et analyser plusieurs lettres de motivation en se mettant dans la peau d'un recruteur pour identifier les bonnes pratiques.
-  Acquérir des outils et des conseils pour permettre de concevoir, rédiger et faire évoluer une lettre de motivation adaptée aux attentes des recruteurs. Se démarquer des autres candidats en réalisant une lettre de motivation convaincante et personnalisée.

## MAÎTRISER LES CANDIDATURES SPONTANÉES AVEC LE PITCH MAIL

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP/TD
Cible	Adapté au niveau des étudiants

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X



-  Apprendre à rédiger des accroches par le biais d'un pitch percutant pour attiser l'intérêt d'un recruteur lors d'une candidature spontanée par mail.
-  Qu'est-ce qu'un pitch mail ? Comment rédiger la « bande annonce » de votre candidature de manière ciblée, personnalisée et percutante ? Méthodologie et exercices concrets de candidatures.
-  Maîtriser la synthèse, l'argumentation et la créativité pour se démarquer lors de candidatures spontanées.

## MAÎTRISER SA COMMUNICATION ÉCRITE

Type **Atelier**

Durée **3h**

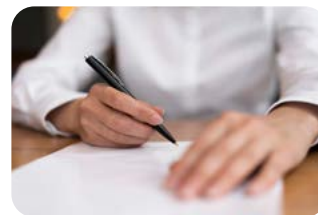
Format **TP/TD**

Cible **Tous niveaux**

Intervenant **Pôle IP / Vacataire**

Prérequis **X**

Spécificités **Présentiel obligatoire**



 Connaître ou revoir les principales règles de l'expression écrite - savoir s'exprimer correctement par écrit - connaître les règles du format numérique, les règles de politesse et les formules de courtoisie.

 Séance qui alterne entre théorie et pratique – exercices de rédaction sur la base de cas professionnels concrets.

 Prendre conscience de l'importance d'une écriture professionnelle et de son impact positif dans une candidature - gagner en maîtrise de la langue française – optimiser ses candidatures.

## CHOISIR LES BONS MOTS POUR SUSCITER L'INTÉRÊT

Type **Conférence ou atelier**

Durée **1,5h et 3h**

Format **TP/TD/CM**

Cible **Tous niveaux**

Intervenant **Vacataire**

Prérequis **X**

Spécificités **X**



 Quand on communique à l'oral, chaque mot, chaque symbole a de l'importance. Découvrez comment mettre en place une communication efficace en utilisant les mots qui auront le meilleur impact.

 Savoir identifier les « mots-poisons » et les remplacer par des « mots-antidotes ». Comprendre de quelle manière le « pouvoir des mots » peut favoriser un échange et une discussion constructive.

 Devenir un bon communicant en maîtrisant son langage et donc son image. Atteindre ses objectifs grâce à des choix de communication adaptés.

## 4. ACQUÉRIR UNE MÉTHODOLOGIE DANS SA RECHERCHE DE STAGE OU D'EMPLOI

### Acquérir

- ▶ En fonction d'un objectif précis, d'un contexte, pour une cible identifiée
- ▶ En prenant en compte et en appliquant les conseils de professionnels experts du recrutement
- ▶ En se situant par rapport aux autres candidats de niveau d'étude identique



### ORGANISER SA RECHERCHE DE STAGE OU D'EMPLOI




Pour mettre toutes les chances de son côté, il est essentiel d'organiser sa recherche de stage ou d'emploi de façon méthodique, avec bon sens, rigueur et anticipation.

#### BOOSTER SES DÉMARCHES DE RECHERCHE DE STAGE

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Adapté au niveau des étudiants

Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	×
Spécificités	×

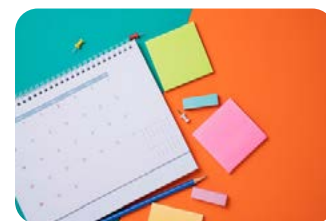





-  Les étudiants vont apprendre à optimiser leurs recherches de stage ou d'alternance. Du projet à la candidature, on les aide à mettre en œuvre une stratégie efficace, qui passe par de l'anticipation et de la méthode..
-  Connaître la réglementation des stages - organiser ses recherches avec méthode – sélectionner les annonces en fonction d'un projet – adapter ses outils – préparer ses entretiens.
-  Appréhender les étapes de la recherche – rendre sa démarche plus efficace, cibler efficacement les entreprises et identifier les canaux de candidature – acquérir les techniques de prospection et la méthodologie pour organiser sa recherche et effectuer le suivi de ses démarches..

#### CRÉER UN TABLEAU DE BORD AVEC L'ATELIER CALEPIN

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	×
Spécificités	×



-  S'organiser dans sa recherche de stage ou d'emploi en utilisant un tableau de bord : qualifier, hiérarchiser et prioriser ses informations et ses démarches pour être efficace.
-  Création d'un rétro-planning – savoir identifier les étapes – utiliser un outil de gestion de projet simple pour recueillir l'information et suivre l'avancée de ses démarches. Apprendre à gérer et classer l'information - apprendre à gérer le temps.
-  Appliquer rigueur et méthode pour une recherche de stage ou d'emploi efficace.

## MA LISTE D'ENTREPRISES CIBLES

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h	TP/TD	Tous niveaux	Pôle IP / Vacataire	X	X

- Donner une méthode pour dresser une liste d'entreprises ou d'institutions correspondant à l'environnement professionnel que l'on recherche, notamment en vue de candidatures spontanées.
- Utiliser des outils appropriés, du bon sens et de la méthode pour dresser une liste d'entreprises qui intéressent vraiment, savoir dire pourquoi et savoir comment les contacter.
- Appliquer une méthodologie pour une démarche réaliste et réfléchie, mieux connaître les environnements professionnels, définir un objectif professionnel, se projeter.

## TROUVER L'OFFRE QUI ME CORRESPOND AVEC L'ATELIER SHERLOCK

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	3h	Prérequis	Avoir défini un projet
Format	TP/TD	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



- Enclencher le mode détective pour trouver l'offre de poste qui vous correspond.
- Définir ses cibles à partir de son projet professionnel – comprendre les attentes des entreprises au travers du descriptif des offres – décrypter une offre de stage ou d'emploi – débriefing. Adapter son CV et sa LM, préparer son entretien.
- Être capable d'identifier les offres correspondant à son projet professionnel et les prérequis attendus – montrer que l'on a les qualités nécessaires pour le poste. Adopter une démarche méthodique, réfléchie et cohérente.

## SAVOIR UTILISER L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE GÉNÉRATIVE

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	X
Format	TP/TD	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		






- Dans les entreprises, l'IA Générative est devenue une assistante personnelle qui permet à chacun d'augmenter sa productivité. Ces nouvelles compétences sont recherchées par les entreprises, et de nouveaux métiers sont accessibles. Autant bien l'utiliser.
- Après une présentation de l'IA et de l'IA Générative, les étudiants vont être mis en situation pour bien utiliser l'IA, et développer une compétence essentielle : la vérification et la validation.
- Comprendre l'importance que prend l'IA Générative dans les entreprises. Encourager chaque étudiant à rajouter dans son CV des compétences autour de l'IA Générative. Imaginer les nouveaux métiers que l'IA va créer.

## PARTICIPER À UN FORUM DES STAGES

Type	Forum de recrutement
Durée	1/2 journée
Format	Stands d'entreprises - entretiens spontanés
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Professionnels du recrutement
Prérequis	Chercher un stage
Spécificités	Présentiel






-  Cet événement ouvert à toutes les formations permet aux étudiants de rencontrer physiquement des entreprises qui proposent des stages, de passer un premier entretien d'embauche et de développer son réseau.
-  Permettre aux étudiants de découvrir les entreprises qui recrutent, de connaître leurs contextes, les missions qu'elles proposent et leurs opportunités, de se familiariser au tout premier contact professionnel et de réaliser un premier entretien de recrutement.
-  Apporter une aide très concrète aux étudiants en recherche de stage, en les confrontant physiquement aux entreprises qui recrutent. Identifier les entreprises et les missions qui nous plaisent, développer son réseau - se familiariser avec l'entretien de recrutement – mieux comprendre les attentes des entreprises – préciser son projet.

## PARTICIPER À UN JOB DATING DE L'ALTERNANCE

Type	Forum de recrutement
Durée	1/2 journée
Format	Stands d'entreprises - entretiens spontanés
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Professionnels du recrutement
Prérequis	Chercher une alternance
Spécificités	Présentiel



-  Organisé une fois par an sur un ou plusieurs campus, cet événement ouvert à toutes les formations (qui peut également être organisé pour une formation spécifique) permet aux étudiants de rencontrer physiquement des entreprises qui proposent des contrats en alternance, de passer un premier entretien d'embauche et de développer son réseau.
-  Plusieurs formules sont possibles : entretiens libres au fil de l'eau ou prises de RDV en amont suivant un format speed dating. À noter que cette manifestation peut être organisée pour une seule formation, en étroite collaboration avec l'équipe enseignante.
-  Apporter une aide très concrète aux étudiants en recherche d'alternance : identifier les entreprises et les missions qui leur plaisent - se familiariser avec l'entretien de recrutement – trouver un contrat.



## SE PRÉPARER À L'ENTRETIEN

S'intéresser à l'entreprise, savoir décrypter une offre de poste, comprendre ce que les recruteurs attendent d'une candidature sont autant d'éléments indispensables pour vérifier que l'offre de service colle bien au besoin de l'entreprise.

## COMMENT ABORDER UN PROFESSIONNEL AVEC L'ATELIER PREMIER CONTACT

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	1,5h	Prérequis	x
Format	TP/TD	Spécificités	x
Cible	Tous niveaux		



- Démarrer sa prise de contact avec des entreprises pour un premier stage ou emploi. Connaître les codes, dépasser sa timidité.
- Conseils pour répondre à des offres de stage ou d'emploi qui vous correspondent. S'entraîner à décrocher un entretien à tous les coups. Apprendre à solliciter des personnes pour obtenir de l'information - Élaborer un plan d'action.
- Mettre en œuvre une démarche en cohérence avec son projet – savoir démarcher en étant audacieux – gagner en confiance et en efficacité.

## UTILISER SON CV POUR GAGNER EN CONFIANCE LORS D'UN ENTRETIEN

Nouveau

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP	Tous niveaux	Bénévole	x	x

- Dans cet atelier, l'étudiant apprendra à maîtriser son CV afin d'être prêt à répondre aux questions en entretien. Il identifiera également ses atouts personnels et gagnera en confiance. Plus qu'un simple document, le CV devient un véritable outil de valorisation de soi.
- Structuré en trois étapes, l'atelier combine réflexion individuelle pour repérer ses expériences et qualités, prise de parole pour apprendre à parler de soi avec aisance, et dynamique de groupe favorisant l'écoute, les échanges constructifs et le renforcement positif. Des apports adaptés accompagnent les participants tout au long du parcours.
- Cet atelier aide les participants à considérer le CV comme un outil de valorisation de leur personnalité autant que de leur parcours. Il favorise l'identification de leurs éléments différenciants et les prépare à adopter une posture plus confiante et interactive lors des entretiens.

## ANTICIPER LES QUESTIONS DES RECRUTEURS AVEC L'ATELIER STRATAGÈME

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	3h	Prérequis	x
Format	TP/TD	Spécificités	x
Cible	Étudiants en recherche de stage ou alternance		



- Améliorer sa prestation en entretien en étant capable d'anticiper les questions des recruteurs, pour répondre avec agilité sans se laisser prendre au dépourvu.
- Apprendre à identifier les attentes et les objectifs des recruteurs au travers de certaines questions types – répondre aux questions dites « pièges » avec assurance et détermination.
- Passer un cap pour devenir à l'aise en entretien de recrutement et adopter une posture confiante - être capable de se mettre à la place du recruteur, comprendre son point de vue et anticiper les questions pour mieux y répondre.

## LE PITCH DE PRÉSENTATION - SE PRÉSENTER EN 2 MINUTES

Type	Atelier
Durée	3h
Format	TP/TD
Cible	Adapté au niveau des étudiants

Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	Avoir défini un projet
Spécificités	Présentiel obligatoire



- Apprendre à se présenter en 2 minutes avec clarté, fluidité et conviction
- Qu'est-ce qu'un pitch ? Pour quoi faire ? Qu'attend-on d'un bon pitch ? Déroulement du processus et structure, comment le faire évoluer et l'adapter au contexte et aux objectifs d'emploi visés.
- Attirer l'attention de son interlocuteur en se démarquant d'emblée par une présentation de qualité. Montrer que l'on a les qualités requises pour le poste - apprendre à gérer son stress, savoir se vendre.

## PARTICIPER À UNE SIMULATION D'ENTRETIEN

Type	Entretiens fictifs
Durée	30 min
Format	Individuel, par promotion
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Professionnels du recrutement
Prérequis	x
Spécificités	Présentiel obligatoire



- Participer à un entretien fictif avec un(e) professionnel(le) en vue de se préparer au moment de la recherche de stage ou d'alternance. Cet atelier peut être organisé dans toutes les formations.
- Après avoir réalisé leurs outils en fonction d'une offre (réelle ou en candidature spontanée), les étudiants vont passer 30 minutes d'entretien avec un recruteur qui a reçu les éléments de candidature en amont, et va leur donner tous les conseils pour se préparer au mieux à leurs entretiens réels.
- Comprendre les attendus pour être performant lors des entretiens de recrutement – améliorer son argumentaire – corriger sa posture – gérer le stress - gagner en confiance.

## L'ENTRETIEN DE RECRUTEMENT DE A À Z

Type	Atelier
Durée	3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	Avoir défini un projet
Spécificités	x



- Comment préparer et réussir son entretien d'embauche.
- Objectifs de l'entretien – Comment se préparer ? Savoir analyser une offre de poste – que faire avant, pendant et après pour réussir ? Préparation par chaque candidat de son entretien à partir d'une offre sélectionnée - débriefing.
- Comprendre comment et pourquoi préparer son entretien pour l'aborder sereinement – diminuer l'appréhension et le stress. Apprendre à se vendre – gagner en confiance.

## GÉRER SES ÉMOTIONS, AVANT, PENDANT ET APRÈS UN ENTRETIEN

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	X	X

- Comprendre et maîtriser ses émotions pour rester serein, confiant et efficace à toutes les étapes du processus.
- Apprendre à créer un cocktail émotionnel adapté à la situation et au contexte de l'entretien d'embauche. Savoir réguler ses émotions et transmettre des signaux positifs pour laisser une empreinte émotionnelle favorable durant l'entretien. Apprivoiser l'attente de la réponse, gérer l'incertitude et apprendre à prendre du recul émotionnellement après l'entretien.
- Développer des stratégies de régulation émotionnelle pour renforcer son impact en entretien. Valoriser l'expérience pour en tirer des enseignements constructifs.

## GÉRER UN ENTRETIEN COLLECTIF

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	Avoir défini un projet
Format	TP/TD	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



- Apprendre à gérer un entretien professionnel animé par plusieurs recruteurs.
- Informar les étudiants sur le pourquoi des entretiens de groupe, le déroulement du processus et la nécessité de se préparer.
- Savoir gérer un entretien professionnel collectif en ayant connaissance du processus - connaître les critères d'évaluation - maîtriser la technique pour ne pas être déstabilisé par ce format.

## 5 MINUTES POUR CONVAINCRE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence	1h	TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	X	Distanciel possible

- Cet atelier donne les clés pour captiver un auditoire et faire passer un message de manière concise, convaincante et authentique.
- Une conférence qui aborde l'art de capter l'attention dès les premières secondes en utilisant la rhétorique : ethos, logos et pathos. Comment utiliser les 3 registres de la persuasion et des techniques de storytelling et d'accroche pour être convaincant en entretien.
- Se démarquer en entretien professionnel – communiquer efficacement – savoir se vendre.

## LES NOUVELLES MÉTHODES DE RECRUTEMENT

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP/TD/CM
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	×
Spécificités	×



- 🔍 Grâce aux nouvelles technologies, des méthodes de recrutement innovantes viennent aujourd'hui compléter le classique entretien en face à face pour recruter de nouveaux talents.
- 📝 "Gamification", "hackathon", "entretien vidéo différé", autant de nouvelles méthodes qui impliquent de plus en plus les candidats dans leur processus de recrutement : description de ces méthodes et outils - vidéos témoignages - conseils de préparation...
- 🎯 Ces nouvelles méthodes ont un point commun : mettre le candidat en situation réelle de pression, capacité de réflexion, esprit collaboratif, réaction à l'échec ou à la réussite, etc... afin de mieux juger de ses compétences et aptitudes.

## L'IMPACT DE L'APPARENCE PHYSIQUE DANS LA VIE PROFESSIONNELLE

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP/TD/CM
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	×
Spécificités	×



- 🔍 Style vestimentaire, piercings, tatouages... découvrir l'impact que peut avoir la première impression sur la perception d'un individu par un recruteur.
- 📝 Comprendre ce qu'englobe «l'apparence physique» - découvrir les critères de discrimination - comprendre les codes du non-verbal, les postures, les styles vestimentaires - évaluer l'impact de ces codes sur les parcours professionnels.
- 🎯 Prendre conscience de «la première impression» - comprendre les biais cognitifs - se rendre compte de l'importance de l'apparence sur la perception que l'on provoque.

## 5. ADOPTER UN COMPORTEMENT PROFESSIONNEL ADÉQUAT

### Adopter

- ▶ En mobilisant les ressources personnelles et les acquis techniques dans une situation professionnelle
- ▶ En respectant les contraintes humaines, techniques et réglementaires dans une situation professionnelle



### DÉVELOPPER SON SAVOIR-ÊTRE PROFESSIONNEL


Le savoir-être professionnel est une attitude et un sens du relationnel essentiel en entreprise. C'est la capacité à ajuster son comportement à différents types de situations ou d'environnements de travail.


#### ADOPTER LA BONNE POSTURE PROFESSIONNELLE

Nouveau

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Étudiants de 1 <sup>è</sup> à 3 <sup>è</sup> année	Vacataire	X	X

 Développer une posture professionnelle adaptée en alignant son comportement, sa communication et son attitude avec les attentes du monde du travail.

 Atelier dynamique combinant apports théoriques et exercices pratiques pour aider les étudiants à comprendre les attentes du monde professionnel. Ils analysent et expérimentent, via des mises en situation, les comportements adaptés et inadaptés. Un travail est également mené sur la communication, l'attitude et l'image professionnelle. Chaque participant repart avec une meilleure connaissance de ses atouts et des axes concrets d'amélioration.


 Permettre aux étudiants d'identifier les codes et attentes du monde professionnel et de développer des comportements adaptés.  
Les amener à adopter une posture professionnelle cohérente à travers des mises en pratique et une réflexion sur leurs axes d'amélioration.


#### OBJECTIF EMPLOYABILITÉ

Nouveau

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	2 x 2h	Prérequis	X
Format	TD/CM	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



 Les étudiants utiliseront la Méthode P.A.S.S. visant à les guider et les aider à développer et valoriser leurs compétences et leur posture professionnelle dans une optique d'insertion professionnelle facilitée. L'atelier crée une dynamique et développe des pratiques qui permettront aux étudiants de mettre toutes les chances de leur côté.

 L'atelier s'articule autour de quatre étapes : analyser son parcours et ses motivations, explorer les opportunités, définir ses priorités, puis passer à l'action en mobilisant son réseau.

 Personal branding, story telling, networking - Sensibiliser à la notion d'employabilité - Partager des outils et des bonnes pratiques - Encourager au passage à l'action.

## L'IMPORTANCE DES QUALITÉS PERSONNELLES - LES « SOFT SKILLS »

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	X
Format	TP/TD	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



- Prendre conscience de l'importance de la personnalité et des qualités personnelles dans la vie professionnelle.
- Faire comprendre aux étudiants l'importance des règles de bonne conduite et comment valoriser les qualités personnelles pour être apprécié(e) dans son travail et s'épanouir.
- Acquérir une démarche professionnelle et le B-A BA des codes de bonne conduite. Connaître les compétences transversales utiles et appréciées.

## DÉVELOPPER UN MENTAL GAGNANT

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	X	X

- Les étudiants vont découvrir des techniques de concentration mentale pour gagner en performance dans leur vie professionnelle.
- Les professionnels qui animent ce cours sont expérimentés dans le domaine de la préparation mentale. Au travers de récits d'expériences, de vidéos, de quizz et de mises en situation variées, ils vont donner aux étudiants les clés pour aborder plus sereinement les étapes importantes de leur vie professionnelle.
- Donner aux étudiants des conseils et des méthodes éprouvées pour gagner en confiance et en performance : maîtriser son stress, optimiser sa gestion du temps, se fixer des objectifs, mieux gérer ses émotions et les conflits.

## AMÉLIORER SA CONFIANCE EN SOI

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	Avoir fait l'inventaire de ses atouts	X

- Un atelier ludique et interactif pour permettre aux étudiants de comprendre et développer les clés d'une confiance en soi personnelle.
- En fonction de l'intervenant, l'atelier pourra alterner des apports théoriques, des mises en situation, des outils pédagogiques ou tests de personnalité sur la base d'une pédagogie active.
- Clarifier la notion de confiance en soi et les mécanismes mis en œuvre, donner à l'étudiant des outils lui permettant de renforcer sa confiance et de construire, à son rythme durant son parcours universitaire, une posture assertive qu'il pourra lui-même transmettre.

## COMMENT DÉPASSER SA TIMIDITÉ ? MÊME PAS PEUR !

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Prérequis	Avoir fait l'inventaire de ses atouts
Spécificités	X



 Comment vaincre sa timidité pour gérer un entretien, décrocher son téléphone, ou simplement aborder une personne dans la vie professionnelle ?

 Après avoir fait l'inventaire de ses atouts, l'étudiant va apprendre à en tirer les ressources pour gagner en confiance et être capable de verbaliser. L'atelier fait appel à des exercices de diction, de mémorisation, de gestuelle, avec des mises en situation et une approche du non verbal.


 Apprendre à gérer son stress – gagner en confiance – maîtriser les outils de communication (téléphone, réseaux..) et l'approche physique. Acquérir les bases d'une démarche professionnelle autonome, proactive et plus assurée.

## APPRENDRE À GÉRER LE STRESS

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



 Comprendre les mécanismes inconscients qui se jouent lorsque nous vivons un stress et apprendre à les déjouer.

 En fonction de l'intervenant, les étudiants vont découvrir et s'appropriier des outils pour éviter les sources de stress et les comportements inadaptés qui en découlent.

 Comprendre notre fonctionnement face aux sources de stress, et apprendre à mettre en oeuvre des techniques pour l'apaiser.


## LA GESTION DE CONFLIT


Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



 Apprendre à gérer les conflits pour vivre plus sereinement sa vie professionnelle.

 Quels sont les différents types de conflits ? Comment les identifier et les gérer ? Comment négocier les situations de blocage par des outils de communication adaptés, une mise en pratique et des solutions de médiation ? Mises en situations, vidéos, quizzes... (en fonction de l'intervenant)

 Améliorer sa communication, stimuler sa capacité d'adaptation. Mieux gérer ses émotions, améliorer sa confiance en soi et développer ses potentiels.

## DÉVELOPPER SON LEADERSHIP AVEC L'ATELIER BE A BOSS

Type **Conférence ou Atelier**

Durée **1,5h à 3h**

Format **TP/TD/CM**




Cible **Tous niveaux**

Intervenant **Vacataire**

Prérequis **X**

Spécificités **Présentiel obligatoire**



-  Qu'est-ce que le leadership ? Comment l'exercer et le développer en situation professionnelle.
-  En fonction de l'intervenant, on utilisera des outils d'intelligence collective ou de créativité pour permettre aux étudiants de comprendre pourquoi la performance est directement liée à la capacité à impulser, fédérer, guider, coordonner et influencer les efforts des personnes avec lesquelles on va travailler.
-  Aider l'étudiant à se positionner par rapport aux rôles et aux qualités attendues d'un manager. Comprendre pourquoi et comment le leadership peut être un formidable moyen de développement professionnel et personnel.






## DÉVELOPPER L'ART DE LA COMMUNICATION

Savoir communiquer avec professionnalisme et conviction permet de gagner en crédibilité et de vous démarquer en étant plus impactant.

## DÉVELOPPER SON IMAGE DE MARQUE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
------	-------	--------	-------	-------------	-----------	--------------




<b>Atelier</b>	<b>3h</b>	<b>TP/TD</b>	<b>Tous niveaux</b>	<b>Vacataire</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
----------------	-----------	--------------	---------------------	------------------	----------	----------

-  Apprendre à promouvoir son image et ses compétences par le biais de techniques marketing pour devenir soi-même une marque reconnue !
-  Cours théorique avec mises en situation. En fonction de l'intervenant(e), des outils numériques pourront être utilisés.
-  Apprendre à mieux se connaître et valoriser son image, se démarquer, améliorer l'estime de soi et la confiance en soi.

## COMMUNIQUER PAR TÉLÉPHONE

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	X
Format	TP/TD	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		






-  Apprendre à être à l'aise avec le téléphone – savoir utiliser l'outil de manière professionnelle.
-  Les règles pour s'introduire au téléphone, maîtriser la conversation (ton, débit...), comment laisser une impression positive, les règles élémentaires de politesse – exercices, mise en situation.
-  Maîtriser la communication par téléphone pour laisser une impression positive. Adopter une démarche professionnelle par téléphone – obtenir un rendez-vous – bien communiquer par le biais de la voix.

## LA COMMUNICATION NON VERBALE




Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	X
Format	TP/TD	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



-  Décrypter le langage du corps, vecteur inconscient de nos émotions, pour mieux maîtriser sa manière de communiquer.
-  Étude de la synergologie : posture, élocution, ton de la voix, gestuelle, regard... par des jeux interactifs et des mises en situation.
-  Mieux se connaître, maîtriser ses émotions, ses tics de comportement. Décrypter le profil de ses interlocuteurs pour adapter son discours. Apprendre à interagir de manière efficace pour convaincre, gérer un conflit ou négocier.

## INITIATION À LA COMMUNICATION BIENVEILLANTE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	X	X

-  Initiation à la technique de communication dite « bienveillante » (base de la Communication Non Violente - CNV) qui permet de développer des relations fondées sur le respect de soi et de l'autre, sur la coopération et l'empathie.
-  Les étudiants vont aborder et expérimenter les 5 grandes étapes : décrire factuellement une situation - définir son besoin - exprimer son ressenti - formuler une demande - obtenir une réponse.
-  Connaître et appliquer les principes de base de la communication interpersonnelle, expérimenter la communication bienveillante dans des mises en situation, savoir exprimer ses besoins de manière assertive en réduisant le risque de conflit.

## MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA PROCESS COM\*

Type	Atelier
Durée	3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



- 🔍 Découvrir les principes de la Process Communication®. Mieux se connaître et connaître les autres pour mieux communiquer et optimiser ses relations professionnelles.
- 📝 Cours théorique pour identifier les types de personnalité, comprendre comment fonctionnent leurs propres codes, langage et besoins psychologiques afin d'adapter une communication bienveillante et efficace.
- 🎯 Découvrir son profil pour faciliter les échanges dans les situations de communication les plus courantes, notamment en entreprise. Disposer de clés pour agir et éviter les mécanismes d'échec. Apprendre à neutraliser l'impact du stress négatif sur ses comportements au quotidien.

## ASSURER SA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC AVEC L'ATELIER HAUT PARLEUR

Type	Atelier
Durée	3h ou plus
Format	TP
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



- 🔍 Apprendre à maîtriser la prise de parole en public pour être impactant dans sa vie professionnelle.
- 📝 Découvrir les fondamentaux de l'art oratoire : définir un message clé et structurer son contenu – prendre la parole avec sérénité et justesse - apprendre à surmonter sa timidité.
- 🎯 Maîtriser une situation de stress en vue d'une intervention en public (contenu, préparation, mise en scène) - surmonter son trac et gérer son émotivité – maîtriser la communication verbale et non verbale - gagner en confiance.




## DÉVELOPPER SON RÉSEAU PROFESSIONNEL


Qu'elle soit virtuelle ou physique, la démarche de réseautage devient incontournable pour se rendre visible sur le marché de l'emploi et constituer un capital relationnel très utile. Participer à des rencontres professionnelles est un excellent moyen de développer son réseau.

### CONSTRUIRE ET DÉVELOPPER SON RÉSEAU PROFESSIONNEL

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Pôle IP / Vacataire	X	X

 Cet atelier propose une approche globale de la notion de réseau professionnel, en donnant aux étudiants toutes les solutions pour le construire et le développer.


 On abordera le réseau physique (forum, salons, évènements, mentorat, engagement associatif...) mais aussi le réseau virtuel avec LinkedIn en première ligne. Comment identifier son réseau, développer les opportunités de rencontres - connaître les leviers pour développer un réseau, etc.


 Rappeler aux étudiants que construire et développer un réseau professionnel est un levier incontournable pour trouver un stage, une alternance ou un premier emploi. Plus globalement, c'est un élément fondamental dans la stratégie d'insertion professionnelle tout au long de la vie.

### CRÉER ET OPTIMISER SON PROFIL LINKEDIN

Type	Atelier	Intervenant	Pôle IP / Vacataire
Durée	3h	Prérequis	Avoir un CV à jour
Format	TP/TD	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Adapté au niveau des étudiants		



 Comment créer et optimiser son profil sur un réseau social devenu un véritable carrefour professionnel.

 Pourquoi utiliser LinkedIn ? Créer et valoriser son profil, créer des contacts, avoir une stratégie de ciblage des entreprises. Déjouer les pièges, utiliser le réseau au service de son image et de sa marque personnelle.

 Prendre conscience de son potentiel – apprendre à construire son image et gagner en visibilité – effectuer une veille.

## MÉTHODOLOGIE DU NETWORKING

Type	Atelier
Durée	3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



- Identifier les différents réseaux: quels sont les plus appropriés en fonction d'un objectif, les précautions à prendre, les personnes clés, automatiser les 1ers contacts, maintenir le lien.
- L'étudiant identifie au moins 3 réseaux à exploiter, crée ou optimise son profil, élabore une trame de message de premier contact email et un système de maintien du lien. Exercices pratiques et ressources.
- Créer son profil et gérer sa e-réputation - apprendre à nourrir et animer son réseau, améliorer sa présentation professionnelle, maîtriser les codes relationnels professionnels.

## PARTICIPER À LA SEMAINE EMPLOI & ENTREPRISE

Type	Village des métiers
Durée	1 journée Annecy 1 journée Bourget
Format	Salon, stands, jeu, conférences...
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Entreprises et partenaires
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel



- Une journée consacrée à la découverte des métiers et des entreprises.
- Un village d'entreprises pour découvrir les métiers en fonction des secteurs d'activité - un grand jeu pour aller à la rencontre des entreprises - des conférences et des ateliers, des pitches d'entreprises, toute une journée dédiée à la connexion avec le monde de l'entreprise.
- Permettre aux étudiants d'avoir une vision plus claire sur les métiers possibles, les perspectives de recrutement, les missions sur le terrain. Définir ou consolider un projet professionnel.

## PARTICIPER À UN APÉRO RÉSEAU

Type	Apéro de réseautage
Durée	De 17:00 à 20:00
Format	Limité à 60 étudiants
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Professionnels tous métiers
Prérequis	X
Spécificités	Présentiel obligatoire



- Apéritif de réseautage organisé sur chaque campus entre février et avril (1 ou 2 sessions par campus). Les étudiants volontaires peuvent venir échanger librement avec des professionnels (les) d'entreprises exerçant dans les ressources humaines ou les services industriels en lien avec les formations. Inscriptions obligatoires et limitées à 60 étudiants.
- Accueil et présentation des professionnels – apéritif convivial où les étudiants peuvent aller et venir pour échanger avec qui ils veulent en fonction de leurs objectifs.
- Bénéficier de conseils de professionnels - profiter de la proximité et de la convivialité de l'événement pour poser toutes les questions que l'on a toujours eu envie de poser sans jamais oser !




## S'ÉPANOUIR DANS LE MONDE PROFESSIONNEL

Des ateliers plus spécifiques où les étudiants pourront acquérir des connaissances supplémentaires très utiles en fonction de leur projet, que ce soit en développement personnel, en qualités managériales ou entrepreneuriales...

### LES CODES DE LA VIE EN ENTREPRISE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Pôle IP / Vacataire	X	X

 Cet atelier vise à familiariser les étudiants avec les règles implicites et explicites qui régissent le fonctionnement d'un environnement professionnel.


 Il aborde les comportements attendus, les usages relationnels, la communication au travail, la posture professionnelle, le respect des règles internes, et les mécanismes d'intégration dans une équipe. À travers des mises en situation concrètes, des échanges et des apports théoriques, les participants apprendront à adopter les attitudes adéquates pour s'insérer durablement et efficacement dans le monde de l'entreprise.


 En adoptant les codes de l'entreprise, l'étudiant s'intégrera plus facilement, participera à la performance collective, et accédera plus facilement à des responsabilités, des projets ou des promotions.

### RÉUSSIR SA PRISE DE FONCTION

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Pôle IP / Vacataire	X	X

 Comment réussir les étapes clés de son intégration professionnelle, en stage, en alternance ou pour le premier emploi.

 L'intervenant leur donnera les outils, les attitudes et les réflexes nécessaires pour réussir les premiers jours et semaines dans un nouveau poste. Il abordera la préparation en amont, la compréhension de l'environnement de travail, la posture à adopter, la gestion des relations professionnelles et la définition de ses priorités. L'objectif est de sécuriser cette phase décisive pour en faire un levier de réussite et de crédibilité.


 Se préparer efficacement à l'entrée dans un nouveau poste, comprendre les attentes de l'employeur et les enjeux de la mission, adopter une posture professionnelle adaptée dès le départ, instaurer des relations de travail positives et constructives, mettre en place une stratégie d'action pour les premières semaines.

## S'ORGANISER, PRIORISER, PLANIFIER

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	X
Format	TP/TD/CM	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



 Renforcer l'efficacité professionnelle en développant des compétences clés en gestion du temps et des priorités.

 Les étudiants utiliseront des outils concrets pour mieux structurer leur travail, distinguer l'urgent de l'important, planifier leurs activités et atteindre leurs objectifs sereinement. À travers des exercices pratiques et des mises en situation, ils apprendront à gagner en clarté, en méthode et en autonomie.


 Acquérir des méthodes d'organisation personnelle efficaces, identifier et hiérarchiser les tâches selon leur importance, gérer son temps pour limiter le stress et les imprévus.


## GÉRER LA SURCHARGE DE TRAVAIL ET SES ÉTATS ÉMOTIONNELS

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	X
Format	TP/TD/CM	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		




 Identifier les mécanismes de la surcharge de travail et ses impacts sur le bien-être et la performance.


 L'intervenant propose des outils d'intelligence émotionnelle pour mieux faire face à la pression, prévenir l'épuisement, et gérer les émotions liées au stress (frustration, agitation, découragement...). À travers des apports pratiques et des exercices de recentrage, les participants apprendront à retrouver de la clarté, poser des limites, et adopter des stratégies durables d'auto-régulation.

 Comprendre les sources de surcharge et leurs effets sur soi, identifier ses signaux d'alerte physiques et émotionnels, utiliser des techniques de gestion du stress au quotidien, apprendre à poser des limites et à mieux communiquer en situation de tension, développer une posture plus sereine et lucide face aux exigences professionnelles.

## LA RECONNAISSANCE AU TRAVAIL AVEC LA CULTURE DU FEEDBACK

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h à 3h	TP/TD	Étudiants visant le management d'équipes	Vacataire	X	X

 Apprendre à instaurer une culture de feedback constructive et bienveillante au sein des équipes pour les futurs managers et pour les futurs salariés.

 L'atelier met en lumière l'importance de la reconnaissance au travail comme levier de motivation, de cohésion et de performance. Les participants apprendront à formuler un feedback clair, utile et respectueux, qu'il soit positif ou d'ajustement, et à accueillir les retours de manière ouverte et constructive.

 Faire la différence entre appréciation et compliment, entre observation et jugement. Apprendre à porter son attention sur ce qui va nourrir la confiance et le bien-être. Apprendre à donner un feedback motivant et efficace, développer sa capacité à recevoir un retour sans se sentir attaqué, renforcer la qualité des échanges et la confiance dans les équipes.

## DÉJOUER LES JEUX DE POUVOIR

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Niveau fin d'études	Vacataire	X	X

- Comprendre et désamorcer les mécanismes de pouvoir implicites qui peuvent perturber les relations professionnelles : manipulation, conflits d'ego, luttes d'influence ou stratégies d'évitement.
- Les étudiants vont apprendre à développer une posture assertive et lucide, à poser un cadre relationnel sain, à protéger leur espace d'action, et à réagir de façon constructive face à des situations tendues ou déséquilibrées.
- Identifier les différents types de jeux de pouvoir au travail, comprendre les mécanismes psychologiques qui les sous-tendent, adopter une posture claire et affirmée pour y faire face et s'affirmer sans entrer dans le rapport de force afin de favoriser des relations professionnelles plus saines et équilibrées.

## LE MANAGEMENT DE PROJET

Type	Cours + atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h à 10h	Prérequis	X
Format	TP/TD	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



- L'atelier apporte les bases essentielles pour piloter un projet avec méthode, clarté et efficacité. Il permet de comprendre les différentes phases d'un projet, d'en maîtriser les outils clés (objectifs, planning, budget, ressources, indicateurs), et d'adopter une posture de coordination adaptée.
- Les étudiants apprendront à structurer un projet de A à Z, à gérer les imprévus, à animer les parties prenantes et à garantir l'atteinte des résultats attendus. Une seconde partie développe les clés de réussite de la gestion d'un projet.
- Connaître les fondations de la gestion de projet, le cycle de vie d'un projet ainsi que les principaux outils. Prendre conscience de l'importance de l'humain dans la réussite d'un projet.

## DÉCOUVRIR LE KNOWLEDGE MANAGEMENT (KM)

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	X
Format	TP/TD/CM	Spécificités	X
Cible	Tous niveaux		



- Cet atelier initie les étudiants aux principes fondamentaux de la gestion des connaissances (KM - Knowledge Management). Dans un contexte où l'information circule rapidement et où les savoirs évoluent sans cesse, il devient essentiel de capitaliser les connaissances, de les partager efficacement et de les valoriser au sein des équipes.
- Les étudiants vont apprendre à structurer, transmettre et préserver les savoirs stratégiques pour renforcer l'intelligence collective et la performance organisationnelle des équipes.
- Identifier les différents types de connaissances (tacites, explicites), découvrir des outils et méthodes de capitalisation et de diffusion. Favoriser le partage des savoirs au sein des équipes et créer une culture de la connaissance durable et collaborative.

## LE MANAGEMENT, L'ANIMATION ET LA GESTION D'ÉQUIPE

Type	Atelier
Durée	3h
Format	TP/TD
Cible	Étudiants visant le management

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X



- Exercer efficacement une fonction d'encadrement. Les étudiants vont apprendre à développer leur posture managériale, à renforcer leur capacité à mobiliser une équipe, à piloter l'activité au quotidien, et à instaurer un climat de travail motivant et coopératif.
- En combinant outils de gestion, communication interpersonnelle et leadership, les étudiants vont appréhender la position du manager comme un facilitateur de la performance collective.
- Animer une équipe au service d'objectifs partagés, gérer les relations interpersonnelles avec efficacité, favoriser la motivation, l'autonomie et la cohésion de l'équipe.

## LA COHÉSION D'ÉQUIPE

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X



- Comment créer les forces d'attraction qui vont motiver un ensemble de personnes à travailler ensemble dans un climat approprié pour atteindre un objectif commun avec performance.
- Il permet aux participants de mieux se connaître, de comprendre les dynamiques de groupe, et de développer des modes de fonctionnement fondés sur la confiance, la communication et la complémentarité.
- Comprendre la nécessité de créer une équipe soudée et cohésive, facteur principal de la performance collective.

## SAVOIR MOTIVER UNE ÉQUIPE

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Étudiants destinés à manager une équipe	Vacataire	X	Présentiel obligatoire

- Comment développer sa capacité à insuffler l'envie, l'engagement et la dynamique collective au sein d'une équipe.
- En fonction de l'intervenant, les étudiants vont explorer les leviers de la motivation individuelle et collective, les besoins fondamentaux au travail, ainsi que les pratiques managériales qui favorisent l'implication durable.
- Renforcer la connaissance mutuelle et la confiance entre collègues, comprendre les mécanismes de la dynamique de groupe, améliorer la communication et la coopération au quotidien, identifier les forces et complémentarités de l'équipe, créer un cadre de travail propice à l'engagement collectif.

## TRAVAILLER EN ÉQUIPE AVEC DES PROFILS ATYPIQUES

Nouveau

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5 à 3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Vacataire	x	x



Dans un contexte marqué par l'incertitude et l'essor de l'IA, les profils atypiques (HPI, hypersensibles, multipotentiels, TDAH, TSA...) constituent un véritable atout pour les entreprises. Comprendre leur fonctionnement et favoriser leur intégration est une compétence précieuse pour tout futur collaborateur ou manager.



L'atelier permet de faire connaître, sensibiliser, et mieux comprendre le mode de fonctionnement des profils atypiques. Les étudiants identifieront les atouts et les risques de ces profils en entreprise. Ils apprendront à mettre en place des solutions adaptées pour mieux travailler avec ces personnes ou les intégrer dans leurs futures équipes. L'atelier permet une approche ludique et interactive en mêlant apports théoriques et mises en situations concrètes.



L'objectif est de donner aux étudiants les clés pour mieux comprendre, accompagner et valoriser les profils atypiques dans leur future vie professionnelle, qu'ils soient eux-mêmes concernés ou non.

## LE MANAGEMENT DE L'INNOVATION

Type	Atelier
Durée	1,5h à 3h
Format	TP/TD
Cible	Étudiants visant le management

Intervenant	Vacataire
Prérequis	x
Spécificités	x



Apprendre à piloter et encourager l'innovation au sein d'une organisation pour être plus performant face à la concurrence.



L'atelier explore les conditions favorables à la créativité collective, les méthodes d'innovation (design thinking, intelligence collaborative, etc.), et les postures managériales qui stimulent l'expérimentation et l'agilité. Le management de l'innovation devient ainsi un levier stratégique pour anticiper les évolutions, créer de la valeur et mobiliser les talents autour de projets porteurs de sens.



Mettre en place un cadre propice à la créativité et à l'expérimentation, adopter des méthodes agiles et collaboratives pour innover, encourager la prise d'initiative et le droit à l'erreur, apprendre à manager les équipes dans une dynamique de changement et de progrès.

## LA FORCE DE L'INTELLIGENCE COLLECTIVE ET SES APPLICATIONS CONCRÈTES

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	3h	TP/TD	Tous niveaux	Vacataire	x	x



Découvrir, expérimenter et mobiliser le potentiel de l'intelligence collective au service de la coopération, de la créativité et de la résolution de problèmes.



À travers des méthodes participatives et des outils collaboratifs, les étudiants apprennent à valoriser les savoirs de chacun, à co-construire des solutions et à renforcer l'efficacité collective. L'atelier favorise l'engagement, la responsabilisation et l'émergence d'idées innovantes dans un cadre structuré et bienveillant.




Expérimenter des outils concrets de co-construction et de prise de décision partagée, stimuler la créativité et l'implication de chacun dans un projet commun, développer la coopération, l'écoute active et la synergie d'équipe et transposer ces pratiques dans son environnement professionnel.


## LA FRESQUE DE LA PERFORMANCE COLLECTIVE

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	x
Format	TP	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Tous niveaux		



 Un atelier participatif pour comprendre ce qui fait fonctionner (ou dysfonctionner) une équipe, mieux communiquer et construire des relations de travail efficaces et durables.

 À partir d'une fresque collaborative et de mises en situation concrètes, les étudiants vont expérimenter les leviers de l'intelligence collective et émotionnelle au service du travail collaboratif. L'atelier se déroule en 4 étapes : identifier les clés d'un collectif performant/ comprendre les freins à la communication et aux dynamiques d'équipe/ développer l'écoute active, l'empathie et la connaissance de soi/ formaliser des pistes concrètes pour mieux coopérer.

 Comprendre les grands principes de l'intelligence collective à travers une approche visuelle et interactive / Prendre conscience des leviers et obstacles à la coopération dans les équipes / Favoriser l'écoute, la co-construction et la mise en mouvement collective / Renforcer la dynamique d'équipe autour d'un objectif commun. Réfléchir à des actions concrètes pour développer l'intelligence collective dans son contexte de travail.

## ALTERNANT(E)S : IMPULSEZ DES PRATIQUES INNOVANTES AU COEUR DE VOTRE ENTREPRISE !

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	Être en alternance
Format	TP	Spécificités	Présentiel obligatoire
Cible	Alternants		



 Identifier les bonnes pratiques en terme d'innovation dans les entreprises où les étudiants travaillent et réfléchir aux axes de progrès et plans d'action à mettre en œuvre.

 Les étudiants travaillent par groupe de 4 autour de grands supports papier et collaborent autour d'un parcours, pour découvrir les concepts et échanger sur leurs expériences.

 Apprendre à identifier les entreprises innovantes - les exemples d'innovation en marketing, produit, process, logistique - les domaines d'excellence des entreprises innovantes et les bonnes pratiques à partir d'exemples concrets.

## LA GESTION DES RELATIONS CONTRACTUELLES DE TRAVAIL

Type **Conférence ou atelier**

Durée **3h et plus**

Format **TP/TD/CM**

Cible **Tous niveaux**


Intervenant **Vacataire**


Prérequis **X**

Spécificités **X**



 Connaître les fondamentaux du droit du travail et plus particulièrement la gestion contractuelle d'un salarié avec un employeur.

 En fonction de la demande de l'enseignant, le professionnel pourra aborder différents thèmes sur les liens contractuels entre un recruteur et un salarié: bases du droit du travail, définition du contrat de travail, lecture d'une fiche de paie, formation, pouvoir disciplinaire de l'employeur, obligations professionnelles, etc..

 Connaître la législation sociale, prévenir les risques juridiques et sociaux - découvrir l'environnement juridique des relations de travail, appréhender les relations sociales en entreprise et les procédures de gestion juridique du personnel.

## NÉGOCIER SES CONDITIONS D'EMBAUCHE

Type **Atelier**

Durée **1,5h à 3h**

Format **TP/TD/CM**

Cible **Tous niveaux**


Intervenant **Vacataire**


Prérequis **X**

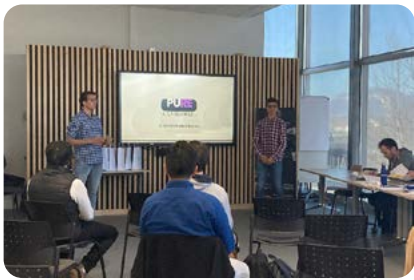
Spécificités **X**



 Donner aux étudiants les clés pour aborder sereinement la négociation de leur contrat de travail ou d'alternance, et comprendre ce qui peut être négocié.

 À travers des mises en situation concrètes, les étudiants apprendront à formuler leurs attentes, à identifier les éléments négociables dans un contrat (rémunération, missions, horaires, etc.), à valoriser leur profil et à trouver un accord équilibré et satisfaisant.

 Se préparer efficacement à une négociation avec un recruteur en adoptant une communication claire, confiante et respectueuse. Apprendre à valoriser ses compétences et son potentiel dans l'échange, pour arriver à conclure un accord gagnant-gagnant, en tenant compte de ses besoins et de ceux de l'entreprise.



## DÉVELOPPER SON SENS ENTREPRENEURIAL


Il est essentiel d'adopter une attitude et des comportements adaptés à son environnement professionnel, quels que soient son secteur d'activité, son niveau d'études ou le type d'entreprise. Une attitude professionnelle conforme découle d'un savoir-être et d'un savoir-faire relationnel qui s'apprend.

### L'ENTREPRENEURIAT DE A À Z

Type	Atelier
Durée	3h à 1 jour
Format	TP/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Vacataire
Prérequis	X
Spécificités	X



 De l'idée à l'action : poser les bases d'un projet entrepreneurial. Quelles sont les premières étapes concrètes d'un projet ? Comment structurer une idée ? Comment valider la faisabilité et se familiariser avec les démarches clés pour se lancer.

 À travers des outils pratiques, des échanges d'expériences et des conseils personnalisés, les étudiants vont acquérir une vision claire des étapes à suivre, des erreurs à éviter et des leviers à activer pour réussir une création d'entreprise.

 Identifier les étapes essentielles de la création d'entreprise, comprendre les choix juridiques, financiers et administratifs. Construire une première feuille de route (modèle économique, cible, offre), renforcer sa posture d'entrepreneur et gagner en confiance pour se lancer.


### OSER POUR RÉUSSIR

Type	Conférence ou atelier
Durée	1,5h
Format	CM/TD
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Coachs certifiés 6000 rebonds
Prérequis	X
Spécificités	X



 Atelier ludique et interactif autour de la réussite, confiance en soi, et flexibilité en milieu professionnel.

 Les étudiants vont travailler en groupe en s'appuyant sur des cas concrets de rebonds et de réussites professionnelles. En associant théorie, pratique et témoignages d'entrepreneurs, l'atelier abordera la confiance en soi, la gestion de la peur de l'échec et la capacité à prendre des initiatives.

 Comprendre les clés de la réussite, gagner en confiance en développant une capacité à transformer les erreurs et/ou échecs en apprentissage. Se préparer au monde professionnel et développer sa flexibilité et sa résilience.



## SE SENSIBILISER À L'INTERNATIONAL

Vivre une expérience à l'étranger ouvre l'esprit et les portes, car c'est une vraie valeur ajoutée dans un parcours. La sensibilisation à l'international passe aussi par les relations interculturelles au sein même de l'entreprise.

### POSTULER EN SUISSE - LE STATUT DU FRONTALIER

Type **Atelier ou conférence**

Durée **1,5h à 3h**

Format **TP/TD/CM**

Cible **Tous niveaux**

Intervenant **Vacataire, GTE**

Prérequis **x**

Spécificités **x**



 Comprendre les spécificités du marché suisse et se préparer à une candidature transfrontalière.

Cet atelier permet aux étudiants de mieux appréhender les réalités du marché de l'emploi en Suisse, ses opportunités, ses exigences et les particularités liées au statut de travailleur frontalier. Il propose un décryptage des pratiques de recrutement helvétiques, des attentes des employeurs, ainsi que des implications juridiques, fiscales et sociales du travail en Suisse tout en résidant en France. Un accompagnement pratique pour optimiser sa candidature et anticiper les démarches administratives.



Comprendre les spécificités du marché du travail suisse, identifier les secteurs porteurs et les profils recherchés, connaître les droits, obligations et démarches du statut de frontalier, anticiper les enjeux fiscaux, sociaux et logistiques du travail transfrontalier.

### LE CV ET LA LETTRE DE MOTIVATION ANGLOPHONE

Type **Atelier**

Durée **1,5h à 3h**

Format **TP/TD/CM**

Cible **Adapté au niveau des étudiants**

Intervenant **Vacataire**

Prérequis **Avoir un CV en français**

Spécificités **Présentiel obligatoire**



Construire ou améliorer un CV et une lettre de motivation en anglais grâce à des conseils et des outils.



Quelles sont les règles d'un CV anglophone ? Comment rédiger une lettre de motivation efficace en anglais ? Quelles sont les différences essentielles avec un CV français ? Présentation des grandes règles sur la base d'exemples.




Se doter d'un CV pertinent, convaincant et adapté pour une candidature en anglais – comprendre les attendus des recruteurs anglophones : contenu – mise en page – photo – erreurs à éviter...

## L'INSERTION PROFESSIONNELLE À L'INTERNATIONAL

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	3h	Prérequis	×
Format	TP/TD/CM	Spécificités	×
Cible	Tous niveaux		



 Cet atelier donne toutes les clés pour travailler à l'étranger, faire un stage international ou démarrer une carrière hors de France.


 Les étudiants vont bénéficier des conseils pour l'identification des opportunités à l'étranger selon les secteurs et les pays, l'utilisation des plateformes et réseaux professionnels (LinkedIn, EURES, etc.), la préparation à l'entretien d'embauche dans un contexte interculturel, les conseils pratiques sur la mobilité, les visas, et l'adaptation aux environnements multiculturels.

 Accompagner les étudiants dans la construction d'un projet professionnel à l'international en leur donnant les outils, les repères et les conseils nécessaires pour réussir une insertion sur le marché de l'emploi à l'étranger.

## TÉMOIGNAGES À L'INTERNATIONAL

Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Bénévoles	×	×

 Cet atelier propose de découvrir et d'échanger autour d'expériences vécues à l'international.

 À travers des témoignages de professionnels, d'étudiants ou d'expatriés, les participants pourront mieux comprendre les enjeux, les défis et les opportunités liés au travail ou à la vie à l'étranger. Cet espace d'échanges favorise le partage de conseils pratiques, de bonnes pratiques interculturelles, ainsi que des retours d'expérience inspirants pour préparer un projet international ou enrichir sa carrière.


 Donner aux étudiants qui envisagent une mobilité internationale ou qui sont simplement curieux, une immersion authentique dans un monde globalisé.

## TOUT SAVOIR SUR LE V.I.E

Type	Conférence	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h	Prérequis	×
Format	TP/TD/CM	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		






 Qu'est-ce que le Volontariat International en Entreprise (V.I.E) ? Quels sont les objectifs et les avantages ? Quelles sont les conditions à remplir et le cadre légal pour partir ?

 À partir de l'expérience de Business France (l'agence en charge d'internationaliser l'économie française), on vous explique comment monter un dossier, à qui s'adresser, les erreurs à éviter pour partir dans les meilleures conditions et vivre une expérience aux multiples avantages : maîtrise de la langue, ouverture, maturité, expérience rémunérée, etc.

 Avoir toutes les informations et contacts utiles pour décider de faire l'expérience d'un V.I.E afin de concrétiser un projet professionnel ou se donner de nouvelles opportunités professionnelles.

## L'INTERCOMPRÉHENSION EN LANGUE ROMANE




Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Conférence ou atelier	1,5h à 3h	TP/TD/CM	Tous niveaux	Professionnels USMB	x	x

-  Cet atelier propose d'explorer l'intercompréhension, une méthode innovante qui permet de comprendre des langues apparentées sans nécessairement les parler.
-  À travers des activités ludiques, des lectures comparées, des dialogues et des vidéos, vous apprendrez à identifier les ressemblances lexicales, grammaticales et phonétiques entre les langues romanes, décoder le sens global de textes ou de discours en langues étrangères romanes, et développer votre confiance dans la compréhension écrite et orale multilingue
-  Découvrir et développer sa capacité à comprendre plusieurs langues romanes sans les avoir nécessairement apprises, en s'appuyant sur les similitudes avec le français et entre elles. Enrichir son ouverture culturelle et linguistique, notamment dans un contexte européen et international.

## LE MANAGEMENT DE L'INTERCULTURALITÉ

Type	Atelier	Intervenant	Vacataire
Durée	1,5h à 3h	Prérequis	Être amené à manager une équipe interculturelle
Format	TP/TD/CM	Spécificités	x
Cible	Tous niveaux		



-  Cet atelier propose aux étudiants d'explorer les fondements du management interculturel et de développer une posture ouverte, inclusive et stratégique face aux différences culturelles.
-  Retours d'expériences sur les raisons de développer un management interculturel (délocalisation des équipes, mobilité des salariés, création de filiales à l'étranger, etc.). Décoder les différences de communication, de hiérarchie, de gestion du temps et de rapport au travail entre cultures. Décrire les qualités nécessaires pour prendre en compte les différences de culture et adapter un management qui respecte des équipes cosmopolites et multiculturelles.
-  Adapter son style de management à des profils multiculturels. Valoriser la diversité pour favoriser la coopération et la performance collective. Apprendre à créer une réelle cohésion d'équipe en respectant trois valeurs de base : le respect, l'ouverture et l'écoute.



## ORGANISER DES RENCONTRES PROFESSIONNELLES

Participer à l'organisation d'un événement professionnel est un excellent moyen de se confronter à des situations réelles responsabilisantes très concrètes et de nouer des contacts professionnels très utiles.

### ORGANISER UNE TABLE RONDE AVEC DES ANCIENS ÉTUDIANTS

Type **Tables rondes**

Durée **3h + préparation en amont**

Format **TP/TD (groupes de 3)**

Cible **Tous niveaux**

Intervenant **Pôle IP / Professionnels alumni**

Prérequis **x**

Spécificités **Présentiel obligatoire**



 Organisation d'une table ronde réunissant des anciens étudiants de la promotion.

 Les étudiants vont organiser une table ronde de A à Z avec l'aide du Pôle IP ou d'un vacataire professionnel : recherche et contact avec les professionnels, invitations, logistique, accueil, présentations, interviews, animations questions/réponses, remerciements, soutenance et bilan.

 Comprendre les étapes de l'organisation d'un événement et mise en pratique : communication – relationnel – organisation – animation – restitution professionnelle – développer son réseau et ses compétences organisationnelles.

### INTERVIEWER UN PROFESSIONNEL AVEC L'ATELIER TRIBUNE PRO

Type **Interview en live**

Durée **1/2 journée + 3h restitution**

Format **Groupes de 2**

Cible **Tous niveaux**


Intervenant **Pôle IP / Vacataire**

Prérequis **x**

Spécificités **Présentiel obligatoire**



 Créer des interviews de professionnels à l'occasion d'un événement organisé par le Club ou l'Université : Semaine Emploi & Entreprise, forum des stages, salons, portes ouvertes, remise des diplômes, etc.... Cette interview peut aussi être réalisée sur toute autre manifestation extérieure.

 Choix des professionnels à interviewer d'après la liste des invités. Cahier des charges et conducteur - contact – logistique – documentation et préparation des questions – enregistrement et restitution.

 Découvrir un métier, un domaine d'activité - maîtriser les règles d'une interview journalistique : apprendre à questionner et écouter – gérer l'appréhension et le stress – adopter une posture professionnelle.

## 6. PÔLE INSERTION ET RÉUSSITE

Ces ateliers sont animés par les ARE (Accompagnateurs à la réussite étudiante) et ne sont programmables qu'à partir de mi octobre.



### DEVENIR ÉTUDIANT




Faire son entrée dans la vie étudiante est une étape importante. Être accompagné(e) est un atout supplémentaire pour prendre confiance et appréhender le plus sereinement possible cette période si déterminante.

### GESTION DU TEMPS ET ORGANISATION

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Pôle orientation & réussite
Prérequis	x
Spécificités	Distanciel possible






-  Comment bien s'organiser tout au long de l'année - bien préparer la période des révisions, structurer son temps de travail personnel et anticiper les partiels sereinement.
-  Les participants vont prendre conscience de leur courbe de concentration, réaliser un tableau de temps libre et temps subi, identifier leurs points forts et faibles au niveau de l'organisation et réaliser un planning de révisions pour la prochaine quinzaine.
-  Améliorer les techniques de planification, savoir prioriser, organiser ses prises de notes et identifier les temps propices aux révisions.

### MÉMOIRE ET CONCENTRATION \*

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Pôle orientation & réussite
Prérequis	x
Spécificités	Distanciel possible






-  Atelier pour améliorer sa concentration et apprendre à la canaliser efficacement en période de révisions.
-  Les participants vont faire un test : quelle mémoire es-tu ? Analyser leur environnement de concentration et aborder des techniques de concentration et mémorisation.
-  Améliorer sa concentration en prenant conscience des facteurs qui l'influencent, mais aussi de ses freins – analyser les différents types de mémoires

\*les enseignants optant pour l'atelier « mémoire et concentration » doivent éviter de l'associer à l'atelier « apprendre à apprendre », car certains contenus peuvent se recouper.

## APPRENDRE À APPRENDRE \*




Type	Durée	Format	Cible	Intervenant	Prérequis	Spécificités
Atelier	1,5h	TP	Tous niveaux	Pôle orientation & réussite	x	Distanciel possible

-  Comprendre les types de mémoires pour adopter les bonnes pratiques afin de mémoriser les informations à long terme.
-  Les participants vont découvrir les différents types de mémoires, et leurs fonctions, puis aborder les piliers d'une mémoire à long terme, afin de les intégrer dans leurs futures pratiques.
-  Améliorer sa mémorisation à long terme.

\*les enseignants optant pour l'atelier « apprendre à apprendre » doivent éviter de l'associer à l'atelier « mémoire et concentration », car certains contenus peuvent se recouper.

## PRISE DE NOTES

Type	Atelier	Intervenant	Pôle orientation & réussite
Durée	1,5h	Prérequis	x
Format	TP	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		

-  Découvrir des méthodes de prise de notes pour être efficace dans ses apprentissages
-  Les participants vont découvrir diverses modes de prises de notes, d'abréviations, et d'outils numériques pouvant être utilisés au quotidien.
-  Améliorer l'efficacité de sa prise de note.



## ATELIERS « BOOST »




Les ateliers « Boost » sont proposés en distanciel aux étudiants volontaires. Ils sont programmés sur 1,5h en fin de journée. Le programme complet est disponible dans l'Espace étudiant de l'USMB. Les étudiants s'inscrivent à ces ateliers en autonomie.

### FAIRE SES PREMIERS PAS À L'UNIVERSITÉ \*

Type	Atelier ou conférence
Durée	30 min à 1h
Format	TP/TD/CM
Cible	Adapté au niveau des étudiants

Intervenant	Pôle orientation & réussite
Prérequis	x
Spécificités	Distanciel possible



-  Passer du statut de lycéen à celui d'étudiant peut être un véritable défi. Cet atelier aide à ce que la transition se fasse en douceur et dans les meilleures conditions.
-  Quels sont les interlocuteurs adaptés en fonction des besoins de l'étudiant ? Les clés pour construire sereinement son parcours universitaire - dispositifs et accompagnement à l'USMB : ré-orientation, insertion pro, santé... Témoignages d'étudiants et partages d'expériences...
-  Découvrir les dispositifs d'accompagnement à la réussite des étudiants, mieux connaître les services proposés - appréhender son nouvel environnement universitaire et identifier les bons interlocuteurs.




\* RAPPEL : cet atelier est sur inscription autonome de l'étudiant

### BOOSTER SA MOTIVATION \*

Type	Atelier
Durée	1,5h
Format	TP (15 étudiants max)
Cible	Tous niveaux

Intervenant	Pôle orientation & réussite
Prérequis	x
Spécificités	Distanciel possible






-  Ouvrir une discussion collective autour de la motivation, identifier ses propres sources de motivation et trouver les moyens de la rebooster
-  L'atelier propose de travailler sur les sources de démotivation en individuel afin que chaque étudiant puisse se questionner sur ses besoins. Une discussion collective est ensuite ouverte pour permettre des échanges sur les sources de motivation, comment la rebooster et définir un plan d'action à mettre en œuvre à la suite de l'atelier.
-  Comprendre la notion de motivation et comment y contribuer, identifier les sources de motivation propre à chacun, définir un plan d'actions personnalisé.

\* RAPPEL : cet atelier est sur inscription autonome de l'étudiant

## SAVOIR GÉRER LE STRESS \*

Type	Atelier	Intervenant	Pôle orientation & réussite
Durée	1,5h	Prérequis	X
Format	TP (15 étudiants max)	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		






-  Espace de parole bienveillant pour réfléchir et travailler sur les causes de son stress et aborder différentes pistes pour apprendre à le réguler au quotidien
-  Comprendre les différents types de stress, définir et catégoriser les symptômes, réfléchir aux causes de son propre stress et apprendre à le gérer notamment lors des examens, notamment à travers des exercices pratiques tels que la cohérence cardiaque.
-  Travailler sur les causes et conséquences du stress au quotidien. Partager des conseils pratiques pour apprendre à le gérer.

\* RAPPEL : cet atelier est sur inscription autonome de l'étudiant

## BOOSTER SA CONFIANCE EN SOI \*

Type	Atelier	Intervenant	Pôle orientation & réussite
Durée	1,5h	Prérequis	X
Format	TP (15 étudiants max)	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		



-  Espace de parole bienveillant favorisant le renforcement personnel. Les étudiants vont acquérir des outils pour leur permettre de rebooster leur confiance.
-  Comprendre la notion de «confiance en soi» et les différents piliers sur lesquels elle se fonde (un entourage sain, éviter de se comparer aux autres, valoriser ses réussites, etc). Il est tout aussi important de normaliser «l'échec» ou «l'erreur» que d'informer sur le syndrome de l'imposteur ou de l'autocensure.
-  Donner à l'étudiant des outils lui permettant de tendre vers une meilleure connaissance de soi et de construire à son rythme, durant son parcours universitaire, une confiance en soi consolidée.

\* RAPPEL : cet atelier est sur inscription autonome de l'étudiant






## TROUVER SA VOIE

Intégrer l'université et trouver la voie qui nous correspond vraiment ne va pas forcément de soi. En cas de doute, être accompagné(e), conseillé(e), et épaulé(e), permet de prendre confiance pour avancer sereinement vers un objectif.

### PARCOURSUP ET LA FICHE DE SUIVI ET RÉORIENTATION

Type	Atelier	Intervenant	Pôle orientation & réussite
Durée	30 min à 1,5h	Prérequis	x
Format	TP/TD/CM	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Étudiants en 1ère année		






-  Tout savoir sur cette fiche facultative peut s'avérer être un réel bonus pour le dossier des étudiants!
-  Méthodologie et conseils pour remplir cette fiche dans le cadre d'un projet de réorientation. Mise en pratique sur le site de Parcoursup. Accompagnement personnalisé.
-  Pourquoi joindre une fiche de suivi de réorientation à son dossier de candidature ? Procédure administrative pour remplir une fiche de suivi - procédure technique sur Parcoursup.

### S'INTERROGER SUR SON CHOIX DE FILIÈRE : RESTER OU CHANGER ?

Type	Atelier	Intervenant	Pôle orientation & réussite
Durée	30 min à 1,5h	Prérequis	x
Format	TP/TD/CM	Spécificités	Distanciel possible
Cible	Tous niveaux		



-  Atelier destiné aux étudiants qui ont des interrogations sur la pertinence de leurs choix d'orientation et leurs débouchés professionnels. Quelles questions se poser ? Quelles solutions s'offrent à eux ?
-  La démarche introspective - les outils et les interlocuteurs adaptés - les dispositifs d'accompagnement des étudiants - la réorientation en 1ère année - témoignages d'étudiants et partages d'expériences.
-  Engager une réflexion autour de l'orientation - savoir s'informer sur les pistes envisageables - connaître les dispositifs d'accompagnement à l'orientation et à la réorientation des étudiants à l'USMB - identifier les clés pour définir un projet d'orientation et professionnel.

## RÉFLÉCHIR À SA POURSUITE D'ÉTUDES

Type **Atelier ou conférence**

Durée **30 min à 1,5h**

Format **TP/TD/CM**

Cible **Tous niveaux**

Intervenant **Pôle orientation & réussite**

Prérequis **x**

Spécificités **Distanciel possible**



 Atelier destiné aux étudiants de tous niveaux qui s'appêtent à poursuivre en licence professionnelle ou en master.

 Les outils de recherche de formation et des événements liés aux licences professionnelles (plateforme e-candidat) ou aux master (plateforme Mon Master) ainsi que les clés pour réussir sa candidature.

 Savoir s'informer sur les différentes formations et leurs débouchés professionnels - connaître les modalités d'inscription - valoriser sa candidature.

## EFFECTUER UNE ANNÉE DE CÉSURE

Type **Atelier ou conférence**

Durée **30 min à 1h**

Format **TP/TD/CM**

Cible **Adapté au niveau des étudiants**

Intervenant **Pôle orientation & réussite**

Prérequis **x**

Spécificités **Distanciel possible**



 La « césure » est une interruption volontaire dans le parcours de formation. Quelles démarches entreprendre pour mener à bien ce projet et valoriser sa formation et son expérience ?

 La procédure administrative et le calendrier de demande de césure - le statut pendant la césure - témoignages d'étudiants ayant réalisé une césure.

 Comprendre le dispositif avant de se lancer - intégrer la césure dans une démarche réflexive globale - apprendre à valoriser une césure dans son cursus.



## CONTACTS & EXEMPLES DE MODULES

Sur chaque composante, vous retrouvez votre contact privilégié pour toute demande sur la Box iPro. En complément, un exemple de module sur-mesure vous est présenté, constitué de plusieurs ateliers dans un ordre précis, en fonction du niveau et des besoins des étudiants (en 2025-2026).



### IAE Savoie Mont Blanc

Votre contact Box iPro : Chloé Biget  
04 50 09 24 82 - club-des-entreprises.iae@univ-smb.fr

L2 Économie Gestion - Parcours Internationalisation (UAI) - 7,5 heures

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 3	1	LE MANAGEMENT DE L'INTERCULTURALITÉ	Présentation du management interculturel et de ses avantages dans le développement des entreprises pour gagner en compétitivité en recrutant des talents de multiples origines.	1,5h
	2	TOUT SAVOIR SUR LE V.I.E.	Qu'est ce que le Volontariat International en Entreprise ? Quels sont les objectifs et les avantages ? Quelles sont les conditions à remplir pour partir et le cadre légal ?	1,5h
	3	L'INSERTION PROFESSIONNELLE A L'INTERNATIONAL	Les bons réflexes et les bonnes démarches à avoir en tête pour trouver un stage ou un emploi à l'étranger- démarches administratives, sites internet d'offres, sites du gouvernement, profil Europass...	3h
	4	TÉMOIGNAGES A L'INTERNATIONAL	Interventions de professionnels ayant eu une activité à l'international - retours d'expériences.	3h



### IUT Annecy

Votre contact Box iPro : Marie Villard  
04 50 66 60 08 - club-des-entreprises.iut-acy@univ-smb.fr

BUT 2 Gestion des entreprises et des administrations - 12 heures

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 3	1	IDENTIFIER ET VALORISER CE QUI NOUS DÉMARQUE AVEC L'ATELIER PÉPITE	Mettre en lumière les « pépites » qui jalonnent notre parcours: réussites, diplômes, atouts, qualités... identifier ses réalisations et ses compétences et les valoriser dans ses outils de communication	3h
	2	BOOSTER SES DÉMARCHES DE RECHERCHE DE STAGE	Apprendre aux étudiants à optimiser leurs recherches de stage et décrocher le poste qui conviendra à leurs attentes. Du projet à la candidature, on les aide à mettre en oeuvre une stratégie efficace.	3h
	3	DANS LA PEAU D'UN DRH : analyser un CV comme un professionnel	Se mettre dans la peau d'un recruteur et apprendre à discerner un bon d'un mauvais CV.	3h
	4	ATELIER STRATAGÈME : anticiper les questions des recruteurs	Déjouer les pièges des questions types des recruteurs, et répondre avec agilité sans se laisser prendre au dépourvu.	3h

BUT1 Packaging Emballage Conditionnement (PEC) - 18 heures

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 1	1	COMPRENDRE SON COMPORTEMENT AVEC LE TEST DISC	Découverte du test de personnalité "DISC", qui, depuis plus d'un siècle, détermine 4 types de comportement et révèle comment nous fonctionnons face aux événements.	3h
	2	MIEUX SE CONNAÎTRE AVEC L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE	Comprendre comment nous fonctionnons au travers de nos émotions, et apprendre à les transformer en compétence pour agir et interagir.	3h
	3	RÉVÉLER SES TALENTS	Connaître ses points forts, ses particularités, ses capacités pour se développer à sa manière et se démarquer des autres.	3h
Semestre 2	4	LA GESTION DE CONFLIT	Apprendre à gérer les conflits pour vivre plus sereinement sa vie professionnelle.	3h
	5	IDENTIFIER SES VALEURS	Comprendre ce que sont les valeurs et leur rôle dans nos choix et comportements. Les étudiants vont identifier leurs propres valeurs fondamentales à travers des exercices pratiques et des outils ludiques.	3h
	6	CONJUGUER PERFORMANCE ET BIEN-ÊTRE AVEC L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE	Envisager l'intelligence émotionnelle comme un levier de performance professionnelle ET de bien-être personnel.	3h

M 2 Psychologie Ergonomie socio-cognitive des systèmes intelligents - 14,5 heures

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 9	1	LE MANAGEMENT DE PROJET	Connaître le cycle de vie d'un projet : initialisation, planification, réalisation, pilotage, clôture, ainsi que les principaux outils de la gestion de projet.	3h
	2	ATELIER JEUNE POUSSE : l'entrepreneuriat de A à Z	Tout ce qu'il faut savoir pour créer une entreprise : de l'idée au projet. Donner envie aux étudiants d'envisager une création d'entreprise.	3h
	3	NÉGOCIER SES CONDITIONS D'EMBAUCHE	Donner aux étudiants les clés pour aborder sereinement la négociation de leur contrat de travail ou d'alternance, et comprendre ce qui peut être négocié.	1,5h
	4	DÉVELOPPER SON IMAGE DE MARQUE	Apprendre à promouvoir son image et ses compétences par le biais de techniques marketing pour devenir soi-même une marque reconnue !	1,5h
	5	INTRODUCTION AU MÉTIER DE FORMATEUR	Intervention d'un professionnel pour expliquer son parcours et son métier de formateur, qui est l'un des débouchés de la formation.	1,5h
	6	INTRODUCTION AU MÉTIER DE CONSULTANT	Intervention d'un professionnel pour expliquer son parcours et son métier de consultant, et permettre aux étudiants de faire le choix de leur future carrière.	1,5h

L3 Administration Économique et Sociale - 18 heures/semestre

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 1	1	IDENTIFIER SES MOTIVATIONS AVEC L'ATELIER CAROTTE	Identifier nos valeurs motrices, celles qui sont source d'énergie et d'envie d'agir et qui déterminent notre comportement et nos actions.	3h
	2	MOODBOARD DE TON PROJET PRO	À travers différentes étapes, les étudiants seront amenés à amorcer une réflexion sur eux-mêmes ainsi que sur leur environnement afin de poser sereinement les bases de leur avenir professionnelle	3h
	3	S'ORGANISER, PRIORISER, PLANIFIER	Comprendre la nécessité de prioriser les tâches et d'utiliser des outils pour la mise en œuvre afin d'avoir une organisation efficace dans son travail	3h
	4	LES MÉTIERS DE LA FILIÈRE AES	Intervention de professionnels issus de la filière AES	1,5h
	5	LES MÉTIERS DE LA FONCTION PUBLIQUE	Intervention de professionnels exerçant dans les métiers de la fonction publique	1,5h
	6	IDENTIFIER CE QUI NOUS DÉMARQUE	Mettre en lumière les «pépites» qui jalonnent notre parcours : réussites, diplômes, atouts, qualités... identifier ses réalisations et ses compétences et les valoriser dans ses outils de communication	3h
	7	DÉVELOPPER UN MENTAL GAGNANT	Comment utiliser les techniques de concentration mentale pour gagner en performance dans la vie professionnelle	3h
Semestre 2	1	MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA « PROCESS COM »	Découvrir les principes de la Process Communication®. Mieux se connaître et connaître les autres pour mieux communiquer et optimiser ses relations professionnelles.	3h
	2	LES RÈGLES D'OR D'UN BON CV ET CONSTRUIRE UNE LETTRE DE MOTIVATION PERCUTANTE	Déterminer les règles d'or d'un bon CV par une mise en situation et les conseils avisés d'un(e) professionnel(le) du recrutement expérimentée / comprendre l'objectif d'une lettre de motivation et apprendre à les rédiger	3h
	3	L'ENTRETIEN DE RECRUTEMENT	Comment préparer et réussir son entretien d'embauche	3h
	4	DÉVELOPPER SON RESEAU PROFESSIONNEL	Cet atelier propose une approche globale de la notion de réseau professionnel, en donnant aux étudiants toutes les solutions pour le construire et le développer	3h
	5	GÉRER LA SURCHARGE DE TRAVAIL ET SES ÉTATS ÉMOTIONNELS	Apprendre à reconnaître des circonstances génératrices de stress : calendrier surchargé, instructions paradoxales, cascades de mails... prendre conscience de son état émotionnel et apprendre à mieux le gérer.	3h
	6	LA COHÉSION D'ÉQUIPE	Comment créer les forces d'attraction qui vont motiver un ensemble de personnes à travailler ensemble dans un climat approprié pour atteindre un objectif commun avec performance	3h

Formation Ingénieur 4ème année - 10,5 heures

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 1	1	CONSTRUIRE SON PROJET PROFESSIONNEL	À travers différentes étapes, les étudiants seront amenés à amorcer une réflexion sur eux-mêmes ainsi que sur leur environnement afin de poser sereinement les bases de leur avenir professionnel.	3h
	2	BOOSTE TES DÉMARCHES DE RECHERCHE DE STAGE	Les étudiants vont apprendre à optimiser leurs recherches de stage ou d'alternance. Du projet à la candidature, on les aide à mettre en œuvre une stratégie efficace.	1,5h
	3	CRÉER ET OPTIMISER SON PROFIL LINKEDIN	Comment créer et optimiser son profil sur un réseau social devenu un véritable carrefour professionnel.	1,5h
	4	ATELIER SHERLOCK	Enclencher le mode détective pour trouver l'offre de poste qui me correspond	1,5h
	5	ATELIER STRATAGÈME : anticiper les questions des recruteurs	Déjouer les pièges des questions types des recruteurs et répondre avec agilité sans se laisser prendre au dépourvu	3h

M1 et M2 Électroniques Systèmes Embarqués Télécommunications (ESET) & Télécommunications et Réseaux Informations (TRI) - 30 heures

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 8	1	L'ENTREPRENEURIAT DE A à Z	Tout ce qu'il faut savoir pour créer une entreprise : de l'idée au projet. Donner envie aux étudiants d'envisager une création d'entreprise.	12h
	2	LE MANAGEMENT DE PROJET	Connaître le cycle de vie d'un projet : initialisation, planification, réalisation, pilotage, clôture, ainsi que les principaux outils de la gestion de projet.	6h
Semestre 9	3	PITCHE TON PROJET PROFESSIONNEL	Les étudiants vont apprendre à formaliser un argumentaire solide et cohérent, et le présenter avec la posture adéquate pour convaincre et se démarquer.	12h

M1 et M2 Energy for Solar Buildings and Cities (ESBC) + Solar energy, Law, Economics and Management (SOLEM) - 18 heures

Semestre	Ordre	Atelier	Descriptif	Durée
Semestre 9	1	BOOSTER SES DÉMARCHES DE RECHERCHE DE STAGE	Les étudiants vont apprendre à optimiser leurs recherches de stage ou d'alternance. Du projet à la candidature, on les aide à mettre en œuvre une stratégie efficace.	1,5h
	2	LES ESSENTIELS DU CV : comment se démarquer	Déterminer les règles d'or d'un bon CV par une mise en situation et les conseils avisés d'un(e) professionnel(le) du recrutement expérimentée	1,5h
	3	CONSTRUIRE UNE LETTRE DE MOTIVATION PERCUTANTE	Comprendre l'objectif d'une lettre de motivation et apprendre à en rédiger de bonnes.	1,5h
Semestre 10	1	L'IMPORTANCE DES QUALITÉS PERSONNELLES : LES SOFT SKILLS	Prendre conscience de l'importance de la personnalité et des qualités personnelles dans la vie professionnelle.	1,5h
	2	LE CV ET LA LETTRE DE MOTIVATION ANGLOPHONE	Construire ou améliorer un CV et une lettre de motivation en anglais grâce à des conseils et des outils.	1,5h
	3	ATELIER SHERLOCK : trouver l'offre qui me correspond	Enclencher le mode détective pour trouver l'offre de poste qui me correspond.	3h
	4	ELEVATOR PITCH FR/ENG	Apprendre à se présenter de manière claire, concise et percutante en moins d'une minute, afin de capter l'attention d'un interlocuteur, comme par exemple un recruteur.	3h
	5	L'ENTRETIEN DE RECRUTEMENT	Comment préparer et réussir son entretien d'embauche.	3h
	6	CONSTRUIRE ET DÉVELOPPER SON RÉSEAU PROFESSIONNEL	Cet atelier propose une approche globale de la notion de réseau professionnel, en donnant aux étudiants toutes les solutions pour le construire et le développer.	1,5h

Vous avez également la possibilité de **contacter le Pôle Insertion professionnelle**

- Par mail : [baip@univ-smb.fr](mailto:baip@univ-smb.fr)
- Ou par téléphone : 04 79 75 94 83



**CLUB DES  
ENTREPRISES**  
Université Savoie Mont Blanc

Pour fédérer entreprises & Université, le Club active 3 grands leviers :

- **L'apport de compétences** issues des entreprises pour favoriser la **professionnalisation** des enseignements.
- **La promotion des filières** de l'Université auprès des entreprises pour **favoriser l'insertion professionnelle** des étudiants.
- **La création de coopérations** en réseau grâce à des événements transversaux.

**Contact générique**

04 50 09 24 06 – [club.entreprises@univ-smb.fr](mailto:club.entreprises@univ-smb.fr)

**Siège**

IAE Savoie Mont Blanc  
4 chemin de Bellevue  
74940 Annecy-le-Vieux

En savoir plus sur  
notre site internet





# **CLUB DES ENTREPRISES**

Université Savoie Mont Blanc

**Connecter Entreprises & Université  
c'est notre métier**