

**GUIDE
PRATIQUE**



BIEN CHOISIR SON FUTUR MÉTIER



SAVOIR S'ORIENTER VERS LE BON MÉTIER

Vous avez de l'expérience et une qualification reconnue, mais vous souhaitez réfléchir à une nouvelle orientation professionnelle.

Comment procéder ?

Tout d'abord, un bilan personnel et professionnel s'impose ! Faire le point sur vos compétences, vos atouts et vos contraintes est une première étape incontournable pour savoir d'où vous partez.

Deuxième étape : mener une enquête sur les métiers qui peuvent à la fois vous plaire et vous permettre de valoriser vos acquis, mais qui seront aussi recherchés par les employeurs. Une nouvelle orientation n'a en effet de sens que si elle vous ouvre de réels débouchés !

Ainsi, après étude de vos souhaits d'évolution, analyse de postes et de débouchés, vous pourrez alors vérifier si vos compétences sont transférables, si vous pouvez vous positionner directement sur le métier visé ou si vous devez faire une formation au préalable.

Vous voyez que les sujets à étudier dans le détail pour bien choisir son futur métier sont nombreux !

Ce guide a pour but de vous aider à conduire la réflexion qui vous permettra de construire un projet professionnel réaliste, correspondant à vos souhaits et aux exigences du marché du travail.

5 VOTRE SITUATION

5 Quelle est votre situation ?

6 Réalisez votre bilan personnel et professionnel

8 Étudiez votre environnement

11 VOTRE PROJET PROFESSIONNEL

11 Analyser les pistes de métiers

12 Construisez votre projet

13 Qui peut vous aider ?

17 VOTRE PROJET PERSONNEL EST VALIDÉ

17 Les actions à mettre en oeuvre

17 Besoin d'une formation ?

19 L'ESSENTIEL À RETENIR

Les 5 erreurs à éviter

Les 5 astuces à utiliser

Les 5 clés pour agir



VOTRE SITUATION

Pour faire le point sur votre situation et vos besoins, il est important de vous poser les bonnes questions. Lors de cette étape, un bilan personnel et professionnel vous aidera à vous fixer des objectifs clairs afin de choisir la meilleure orientation possible.

QUELLE EST VOTRE SITUATION ?

- Je viens de perdre mon emploi et souhaite en profiter pour changer d'orientation.
- J'ai exercé le même métier pendant 15 ans mais je souhaite désormais me réorienter vers un autre métier, avec plus de débouchés.
- Je viens d'obtenir mon diplôme et je constate qu'il existe peu d'offres d'emploi en rapport avec celui-ci. J'ai besoin d'élargir mes horizons...
- J'occupe le même emploi depuis 7 ans et je voudrais évoluer, tout en restant dans le même secteur.
- Je souhaite me spécialiser car il y a beaucoup de concurrence dans le métier que j'exerce.
- Je viens de déménager pour suivre mon conjoint mais mon précédent emploi est quasi inexistant dans la région.
- Suite à un accident, je ne peux plus exercer mon métier et je dois trouver un emploi compatible avec mes nouvelles contraintes.
- J'ai décroché de l'école, je suis sans diplôme et sans expérience, je fais comment pour trouver un emploi ?
- ...

Il existe de nombreuses situations et autant de solutions pour changer de métier ou évoluer dans un même métier. À chaque situation sa solution !



LE BON CONSEIL

Ne partez pas de zéro, valorisez votre expérience et vos compétences !

Vous avez probablement déjà acquis une expérience professionnelle. Même courte, celle-ci a forcément été formatrice.

Ainsi, en vous tournant vers un métier proche, vous pourrez capitaliser tout ou partie de votre expérience !

Réinvestir vos connaissances et vos savoir-faire est la clé pour retrouver un emploi rapidement et vous éviter de renouer avec le statut de "débutant" qui n'est pas toujours enviable !

Exemple : vous avez exercé comme soudeur en industrie pendant près de 10 ans. Vous pourriez évoluer vers le métier de monteur levageur (ou monteur en charpentes métalliques), métier porteur dans le secteur du bâtiment et des travaux publics.

RÉALISEZ VOTRE BILAN PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

Ce bilan est une étape très importante. Il va vous permettre de mieux vous connaître en recueillant un maximum d'informations sur votre parcours.

Cet état des lieux va faire ressortir de nombreux éléments utiles à votre future orientation professionnelle : atouts, contraintes, savoir-faire, expériences professionnelles, associatives, personnelles etc.

Le passeport orientation/formation

En plus de votre accompagnement avec votre conseiller ou un psychologue du travail.

Ce passeport vous aide en effet dans votre réflexion sur votre projet professionnel en vous invitant, étape par étape, à :

- identifier et recenser vos connaissances, compétences et aptitudes professionnelles, acquises pendant votre formation initiale ou continue ou lors d'expériences professionnelles et extra-professionnelles.
- conserver des informations recueillies à l'occasion de vos entretiens professionnels, bilan de compétences, formations, stages, expériences professionnelles ou bénévoles, qualifications.
- explorer vos centres d'intérêts, vos ressources, contraintes personnelles, valeurs...
- repérer les métiers qui vous intéressent, après avoir identifié leurs caractéristiques.
- élaborer un projet professionnel en lien avec vos compétences et aspirations.



ÉVALUEZ VOS COMPÉTENCES !

L'ECCP, Évaluation des Compétences Professionnelles est une prestation d'évaluation qui vous permet, au regard de l'emploi recherché, de valider les compétences et les capacités que vous avez pu acquérir lors de précédentes expériences. C'est une manière efficace de cerner vos points forts pour ensuite cibler des métiers potentiels. Il existe aussi l'EMT, Evaluation en Milieu de Travail pour évaluer les compétences des candidats.

est un facteur important d'intégration sur le marché du travail.

Les recruteurs s'intéressent généralement aux candidats qui ont des qualités professionnelles avérées.

→ Vos connaissances

Votre formation initiale (parcours de formation, diplôme) vous a apporté des connaissances théoriques et pratiques, mais la formation continue vous a peut-être aussi permis de compléter votre bagage. Pensez également à vos activités extra-professionnelles (associations, bénévolat) qui vous ont apporté des connaissances ou des savoir-faire utiles.

→ Vos compétences

Vos connaissances ainsi que vos savoir-faire pratiques constituent les compétences que vous êtes en mesure de proposer aux entreprises. Listez toutes les compétences que vous maîtrisez, de la plus simple à la plus pointue.

N'en négligez aucune car ce seront des arguments pour vos futurs employeurs, surtout si vous démontrez que vous pouvez mobiliser vos compétences acquises dans une autre profession car elles sont transférables !

PRENEZ LE TEMPS DE FAIRE LE POINT SUR :

→ Votre expérience

Votre expérience, acquise dans un poste ou à travers des activités extraprofessionnelles,

→ Vos ambitions et contraintes

Prenez en compte vos ambitions, vos valeurs et vos intérêts pour déterminer votre projet professionnel. Il ne servira à rien de vous orienter vers un métier qui ne vous correspond pas. Vous avez des contraintes géographiques, physiques, familiales, horaires ? Ce sont des éléments à prendre en compte dès maintenant car elles auront forcément des conséquences sur votre futur emploi.

Pôle emploi met à votre disposition des ateliers qui vous aident à mieux vous connaître. Vous analysez ainsi vos acquis, vos difficultés ou vos ambitions professionnelles avec l'appui d'un conseiller.

PÔLE EMPLOI VOUS ACCOMPAGNE

Dans le cadre de votre projet personnalisé d'accès à l'emploi, Pôle emploi vous accompagne et vous conseille depuis l'élaboration de votre projet jusqu'à sa mise en œuvre.

L'accompagnement de votre projet par un conseiller permet aussi de sécuriser votre parcours professionnel.

Bénéficiez aussi de l'offre de service de Pôle emploi :

→ Les ateliers "recherche d'emploi"

Afin de vous aider à vous outiller et construire votre stratégie de retour à l'emploi.

→ Les ateliers "orientation/formation"

Afin d'évaluer votre situation, vos besoins et les conséquences de vos choix.

→ Les ateliers "création d'entreprise"

Afin de se décider sur la poursuite des démarches et des étapes à franchir.

→ Les ateliers d'orientation Kits sectoriels (AOKS)

Afin de vous aider à élargir vos pistes professionnelles.

→ L'atelier "se préparer à la validation des acquis et de l'expérience (VAE)"

Afin d'étudier vos pistes de certification possibles.

QUE VALENT LES TESTS SUR INTERNET ?

Quand vous inscrivez le mot "orientation" sur un moteur de recherche, de nombreux sites proposent de passer en quelques minutes seulement, un "test d'orientation".

Vous pouvez bien sûr faire cet exercice mais sachez que la qualité des tests en ligne est très variable et gardez en tête qu'un test n'est de toute façon qu'une indication pour enrichir votre réflexion. Rien ne vaut un rendez-vous direct avec un professionnel de l'orientation ou un psychologue du travail.

→ Une prestation spécialisée sur le projet (Activ'projet, à partir de juillet 2015)

Il s'agit d'une prestation qui a pour objectif de vous aider à identifier vos compétences - élaborer un ou plusieurs projets professionnels, en apprécier la faisabilité - d'explorer d'éventuels besoins de formation. Cette prestation vous aidera également à acquérir et développer vos « compétences à s'orienter ».

→ Une évaluation de compétences et capacités professionnelles (ECCP)

Il s'agit d'une prestation d'évaluation qui vous permet de valider les compétences et les capacités que vous avez pu acquérir lors de précédentes activités.

→ Une période de Mise en Situation en Milieu Professionnel (PMSMP)

Il s'agit de réaliser une immersion en entreprise pour vous permettre de découvrir les conditions d'exercice d'un métier au sein d'une entreprise.

VOUS POUVEZ AUSSI BÉNÉFICIER DE :

→ Un bilan de compétences

Le bilan de compétences permet à un individu de faire le point sur ses compétences, aptitudes et motivations et de définir un projet professionnel incluant, si nécessaire, un projet de formation.



Pour en savoir plus, consultez le guide pratique "Dynamiser votre carrière par la VAE" disponible dans votre agence Pôle emploi.



ÉTUDIEZ VOTRE ENVIRONNEMENT PROFESSIONNEL

L'étude de votre environnement professionnel est une étape qui va vous permettre de vous orienter vers les métiers qui recrutent et qui sont susceptibles de vous convenir. Vous allez mener un travail d'enquête sur plusieurs métiers et secteurs qui vous intéressent afin de définir de premières pistes pour votre futur emploi. Vous construirez ainsi un projet professionnel réaliste, réalisable et qui correspond aux besoins réels des entreprises.

LES EMPLOIS DANS VOTRE RÉGION

Renseignez-vous sur les secteurs d'activité qui recrutent dans votre zone géographique, et plus précisément sur les métiers qui sont recherchés par les entreprises locales en lien avec vos aspirations.

Cette étude de votre environnement professionnel régional, départemental ou local est importante car les besoins en main-d'œuvre ne sont pas les mêmes partout !

OÙ SE RENSEIGNER SUR LES SECTEURS ET LES MÉTIERS DANS UNE RÉGION, VILLE OU DÉPARTEMENT ?

→ Sur le site pole-emploi.fr vous trouverez notamment

- informations marché du travail (IMT), un outil d'informations sur le marché du travail, 3 clefs d'entrée d'un métier, un secteur d'activité ou d'une région.
- Besoin en main d'œuvre (BMO), une enquête réalisée auprès des employeurs sur leurs perspectives de recrutement.



- **Sur internet aussi**
 - les sites des régions, des observatoires régionaux de l'emploi et de la formation...
- **Dans la presse**
 - locale, la presse quotidienne régionale.
- **En réalisant des enquêtes**
 - auprès d'entreprises, de vos connaissances, amis,...
- **Les maisons de l'emploi.**

LE BON CONSEIL : « INFORMATIONS MARCHÉ DU TRAVAIL (IMT) »

Sur pole-emploi.fr, page d'accueil «candidat», vous avez désormais accès à un nouvel outil qui vous permet de visualiser les métiers et les secteurs qui recrutent dans une région ou un département. Vous êtes informé du nombre d'offres déposées par rapport au nombre de candidats potentiels, des salaires pratiqués, etc.

LES SECTEURS QUI RECRUTENT

Certains métiers sont méconnus, d'autres sont très récents ou ont évolué, étudiez de près ces débouchés potentiels ! Les secteurs d'activité qui ont de l'avenir peuvent être une opportunité intéressante à saisir car ils offrent des métiers qui sont ou seront recherchés par les entreprises...

Les niches d'emploi proposent aussi des débouchés intéressants. Les recrutements relèvent cependant souvent du "marché caché".

Pôle emploi vous propose l'Atelier "cibler vos entreprises" qui vous aidera à approcher les entreprises qui vous intéressent. Mais vous trouverez également des conseils dans le guide pratique "Comment aborder le marché du travail" disponible dans votre agence Pôle emploi.

LES MÉTIERS ENVISAGÉS

Dressez une liste des métiers qui ressortent de votre étude et qui vous intéressent. Métiers nouveaux ou simplement disponibles dans votre région, vous devez les étudier de près à travers leurs conditions de travail, les qualifications demandées, la formation nécessaire, le niveau de diplôme...

Plus vous aurez recueilli d'informations, moins vous risquez de faire une erreur en vous orientant vers un métier qui ne vous correspond pas ou sans réelles perspectives d'emploi. **Pour faire un bon choix, un métier doit vous plaire et recruter.**

Vous avez fait le point sur votre situation ? Vous connaissez maintenant votre environnement et des premières pistes professionnelles se dégagent ? Il est temps de passer à votre "projet professionnel" avec vos objectifs précis en tête.

À NOTER

Ne vous censurez pas, vous resserrerez vos objectifs lorsque vous passerez à l'étape de votre projet professionnel.



VOTRE PROJET PROFESSIONNEL

Vous avez identifié une liste de métiers qui pourraient vous convenir. Il faut maintenant opérer un choix pour construire un projet réaliste.

ANALYSEZ LES PISTES DE MÉTIERS

Reprenez votre liste de métiers. Il vous faut maintenant dégager plus précisément les avantages et les inconvénients de vos différentes pistes par rapport à votre profil personnel. Vous allez réduire votre sélection pour arriver à quelques métiers, ceux les plus proches de vous, les plus cohérents avec votre parcours. Pour cela vous allez distinguer :

LES MÉTIERS QUI CORRESPONDENT À VOS COMPÉTENCES ACTUELLES

Ces métiers ne vous demandent pas de remise à niveau particulière mais plutôt un repositionnement, ou un transfert de vos compétences déjà acquises. Vous n'avez pas besoin de vous former ou de changer de qualification, c'est un atout !

Pensez aux secteurs de l'économie verte car certains métiers qui recrutent peuvent correspondre à votre profil. Il peut s'agir de nouveaux métiers mais aussi de métiers qui évoluent. Pour en savoir plus, demandez à votre conseiller Pôle emploi.

LES MÉTIERS PROCHES DE VOS COMPÉTENCES ACTUELLES

Ces métiers nécessitent soit une simple remise à niveau, soit un complément de compétences. Ils sont proches de vos qualifications et vous n'avez pas besoin d'entreprendre un long parcours pour postuler. Des entreprises peuvent vous recruter, dans le cadre d'un contrat spécifique, et vous permettre d'acquérir le savoir-faire manquant. Renseignez-vous auprès d'un conseiller.

LES MÉTIERS ÉLOIGNÉS DE VOS COMPÉTENCES ACTUELLES

Ces métiers qui constituent une réorientation professionnelle vont nécessiter une formation plus longue. À envisager si vous êtes motivé et si vous êtes sûr que ce sont des métiers d'avenir.

Attention, ne vous lancez pas dans un tel projet sans avoir pris l'avis de votre conseiller car ce type de parcours est plus lourd qu'une simple adaptation de vos compétences !

Faites-vous aider par votre conseiller Pôle emploi pour mieux connaître ces métiers.

CONSTRUIRE VOTRE PROJET

La construction de votre projet consiste à mettre en place la stratégie que vous devez adopter pour évoluer ou changer de métier. Pour cela vous allez détailler le métier envisagé et vous poser les bonnes questions avant de passer à la dernière étape, le plan d'action.

ÉTUDIEZ BIEN VOTRE FUTUR MÉTIER

Faites une description détaillée du métier que vous visez, listez tout ce qui le concerne : poste, tâches, environnement de travail, déplacements, horaires, statut, salaire, avantages divers, lieu de travail, évolution de carrière... Dressez une liste exhaustive de tous ces éléments déterminants. Le cas échéant, faites-vous aider par votre conseiller Pôle emploi pour approfondir vos recherches.

→ Les ateliers

Rechercher des informations sur un secteur d'activité ou un métier

Cet atelier vous aide à mieux connaître les métiers et le marché de l'emploi en apprenant à rechercher des informations sur le contenu des métiers, les compétences nécessaires, les conditions d'accès mais aussi, en vous aidant à trouver des idées de pistes professionnelles.

N'hésitez pas à solliciter votre conseiller. Il peut vous proposer des prestations d'accompagnement ou un atelier par exemple...



LE BON CONSEIL

Pensez au carnet de bord !

En complément de votre passeport orientation/formation (voir p. 6), pensez au "carnet de bord" que Pôle emploi met également à votre disposition.

Pour suivre et visualiser vos différentes pistes professionnelles, ciblez quelques métiers qui ont le plus de chance de correspondre à votre profil et constituez-vous un dossier complet sur chacun d'eux.

Notez bien les caractéristiques de chaque métier, vous pouvez également les classer par ordre de "préférence".

Une fois ce travail effectué, vous y verrez plus clair et pourrez prendre la décision en connaissant bien chaque aspect de vos pistes de métiers.



En choisissant un métier plutôt qu'un autre, pensez aux conséquences qu'aura une éventuelle période de formation sur votre vie personnelle. Vous devez aussi prendre en compte tous les aspects de ce futur métier pour être sûr que celui-ci est bien compatible. Posez-vous ces questions maintenant pour ne pas avoir de mauvaises surprises !

QUELQUES DERNIÈRES QUESTIONS À VOUS POSER

Reposez-vous quelques questions avant de passer à l'action :

- Est-ce que j'ai toujours envie d'exercer ce métier ?
- Ce métier n'est-il pas trop éloigné de mon parcours initial ?
- Est-ce que ma vie personnelle est compatible avec ce métier (horaires, distances, salaires) ?
- Ai-je envie d'apprendre, d'évoluer professionnellement dans ce métier ?
- Est-ce que j'ai recueilli assez d'informations sur ce futur métier ?
- Ce métier a-t-il de l'avenir dans 5, 10 ou 20 ans ?



LE BON CONSEIL : Pole-emploi.fr

Le site de Pôle emploi vous donne accès à toutes les informations sur les métiers, recrutements, dispositifs, événements/forums en régions... Prenez le temps de naviguer !

QUI PEUT VOUS AIDER ?

Pôle emploi bien sûr peut vous apporter aide et conseils dans votre orientation professionnelle tout au long de votre parcours. Mais en fonction de votre situation, il existe également d'autres organismes que vous pouvez contacter et qui vous seront utiles dans vos différentes démarches ou questionnements.

L'AIDE DE PÔLE EMPLOI

Pôle emploi vous aide à chaque étape de vos démarches, de l'élaboration de votre projet professionnel à la mise en œuvre de votre plan d'action et cela jusqu'à l'aboutissement de votre projet. Ainsi, au moyen d'entretiens, d'outils, de prestations et d'ateliers, vous co-construisez avec le professionnel de Pôle emploi, votre projet de retour à l'emploi.



→ Le MOOC (Massive open online course)

Le MOOC est en cours en ligne, ouvert à tous, qui vous permet de développer vos connaissances sur un thème précis. Pôle emploi vous propose notamment le MOOC «Construire son projet professionnel» qui a pour objectif de vous aider à identifier un ou plusieurs métiers, en tenant compte de vos compétences, intérêts, et du marché du travail. Pour cela, ce MOOC vise à vous transmettre une méthode pour réfléchir à votre orientation professionnelle, que vous pourrez mobiliser tout au long de votre parcours professionnel.

Vous pourrez retrouver les MOOCs sur : <https://mooc-pole-emploi.fr/>
Ils se réalisent en plusieurs séquences à raison de deux à trois heures par semaine, pendant un mois environ.

LES PARTENAIRES DU CONSEIL EN ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE

En plus de Pôle emploi, la loi du 5 Mars 2014, instaurant le conseil en évolution professionnelle, a désigné 4 autres opérateurs :

- Les Missions locales

accueillent les jeunes de 16 à 25 ans délivrent des conseils et des informations en matière d'orientation professionnelle.

- Les Opacif

apportent également une aide et des conseils en orientation professionnelle. Il suffit de vous rapprocher d'un Opacif pour avoir accès à une base de données et à un accompagnement pour mieux comprendre les enjeux d'une formation par exemple, et faciliter l'insertion professionnelle.

- L'association pour l'emploi des cadres (APEC)

accompagne les cadres en activité ou en recherche d'emploi à toutes les étapes de leur carrière professionnelle et facilite l'insertion des jeunes diplômés de l'enseignement supérieur.

- Le cap emploi

dédié à l'insertion professionnelle des personnes handicapées et leur bonne intégration au sein de l'entreprise.

LES AUTRES PARTENAIRES DE L'ORIENTATION PROFESSIONNELLE

- Les Centres d'Information et d'Orientation (CIO)

Ils sont répartis sur toute la France et dépendent directement de l'Éducation Nationale. Leur rôle est d'accueillir, de conseiller sur les études, les formations professionnelles, les qualifications ou les métiers.

Si les jeunes sont la principale cible des conseillers d'orientation-psychologues des CIO, tout le monde peut bénéficier du fonds documentaire des centres et d'une aide à l'orientation.

- Les Permanences d'Accueil, d'Information et d'Orientation (PAIO)

accueillent les jeunes de 16 à 25 ans afin de faciliter leur insertion professionnelle avec des conseils sur l'orientation, notamment vers les formations en alternance.

- Les Services Communs Universitaires d'Information et d'Orientation (SCUIO)

sont des structures implantées dans les universités qui apportent une aide à l'orientation et à l'insertion professionnelle pour les étudiants.

- Les Centres d'Information et de Documentation Jeunesse (CIDJ)

forment un réseau d'informations pour les jeunes sur toute la France. Les Fiches métier du CIDJ sont un outil très pratique pour mieux connaître un métier. Tous les publics ont accès aux services du CIDJ.

- Les cités des métiers

Une cité des métiers est un espace d'information et de conseil sur les métiers et la vie professionnelle, ouvert à tous, jeunes ou adultes, scolaires ou déjà engagés dans la vie professionnelle.



Pour plus d'informations sur les différentes structures, consultez le site du Ministère de l'éducation : www.education.gouv.fr.





VOTRE PROJET PROFESSIONNEL EST VALIDÉ

Vous allez maintenant construire votre plan d'actions pour atteindre votre objectif.

POUR CELA, IL SERA UTILE D'IDENTIFIER :

- ① **Les actions à mettre en œuvre**
Ex : répertorier vos compétences, réaliser votre CV, les personnes ou organismes à contacter et les informations à obtenir,...
- ② **Le temps nécessaire à la réalisation de chaque action**
Ex : 2 jours pour faire le CV,...
- ③ **Les grandes étapes à franchir et leur ordonnancement**
Ex : 1ère étape : construire vos outils / 2ème étape : cibler les entreprises / 3ème étape /...
- ④ **Les difficultés potentielles que vous pouvez rencontrer**
Ex : vous ne savez pas comment réaliser votre CV, votre conseiller peut vous y aider et/ou vous proposer de participer à un atelier.

Votre conseiller vous accompagne dans l'élaboration de votre plan d'actions jusqu'à sa réalisation.

BESOIN D'UNE FORMATION ?

Peut-être aurez-vous besoin de passer par une période de formation pour mener à bien votre projet professionnel. Il se peut que le métier que vous visez demande certaines compétences supplémentaires, voire une réorientation professionnelle...

Au préalable, assurez-vous de votre besoin de formation avec l'aide de votre conseiller. Assurez-vous aussi que vous avez bien choisi votre futur métier avant de vous engager dans ce processus.

Votre conseiller vous accompagne dans ce choix, qui comprend également le fait de trouver la formation la plus adaptée et d'identifier les dispositifs de financements envisageables.

Aussi, pour vous aider lorsque vous aborderez cette étape dans votre plan d'actions, consultez le guide pratique

"Une formation, pourquoi ? comment ?" disponible dans votre agence Pôle emploi.



L'ESSENTIEL À RETENIR

LES 5 ERREURS À ÉVITER

1. Négliger l'étude de votre environnement professionnel.
2. Vous orienter vers un métier trop difficile d'accès.
3. Sous estimer les conséquences d'un métier sur votre vie personnelle.
4. Choisir seul votre futur métier.
5. Choisir sa formation avant de bien choisir son futur métier.

LES 5 ASTUCES À UTILISER

1. Faites un bilan de votre parcours professionnel.
2. Repérez les personnes qui peuvent vous aider dans vos démarches.
3. Fixez-vous des objectifs dans le temps.
4. Soyez curieux et posez des questions.
5. Ne vous sous-estimez pas.

LES 5 CLÉS POUR AGIR

1. Faites des compromis en ayant conscience des contraintes.
2. Capitalisez sur votre expérience.
3. Connaissez bien le métier que vous souhaitez exercer.
4. Soyez dynamique et réactif.
5. Développez vos compétences à vous orienter avec l'aide de votre pôle emploi.

JUILLET 2015

pôle emploi - Direction de la communication - Le CINÉ TIC - 1, avenue du Docteur Gley - 75987 Paris cedex 20 - Com 9142