



## PROGRAMME DE FORMATION

**Se démarquer pour décrocher un entretien : techniques de candidature efficaces**

### ► INFORMATIONS GÉNÉRALES

#### Public concerné :

- Personnes en recherche d'emploi ou en évolution professionnelle
- Jeunes diplômés
- Apprentis en recherche de terrain de stage
- Toute personne désirant optimiser sa candidature pour trouver emploi, job, alternance, stage ou formation

#### Nombre de stagiaires :

6-12 personnes

#### Pré-requis :

Être en recherche d'emploi, de job, de stage/alternance ou de formation  
Avoir rédigé ou être en cours de rédaction d'un CV et d'une lettre de motivation

#### Durée :

1 jour (7h)

#### Modalités :

Formation Intra  Formation Inter  Présentiel  À distance

#### Dates et horaires :

A convenir

#### Lieu :

Dans vos locaux ou en salle de formation externalisée

#### Coût :

Nous consulter

### ► DESCRIPTION DE LA FORMATION

Cette journée permet à chaque participant de s'approprier les codes de la candidature efficace, en adaptant sa communication à différents environnements professionnels. Elle accompagne les participants dans l'optimisation de leurs outils de candidature et le développement de stratégies de recherche. Grâce à des méthodes actives, chacun apprend à valoriser ses expériences, compétences et motivations, quel que soit le secteur visé : entreprise, administration, secteur associatif ou environnement technique. Les outils proposés favorisent l'émergence des potentiels individuels et la construction d'un dossier de candidature personnalisé, directement opérationnel pour la recherche de stage, d'emploi ou de mobilité interne. La formation favorise la prise de conscience de ses propres atouts professionnels et développe la capacité à les valoriser de manière différenciante. Elle repose sur l'alternance entre travail collaboratif,

accompagnement individualisé et mises en situation concrètes, avec correction personnalisée des documents de candidature de chaque participant.

## ▶ OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### **À l'issue de la formation, les apprenants seront capables de :**

- Décoder les attentes et pratiques de recrutement communes à différents secteurs professionnels.
- Identifier et formaliser leurs compétences transversales et leur valeur ajoutée professionnelle
- Valoriser leurs motivations profondes et leur projet professionnel
- Concevoir un CV attractif et structuré, adapté au poste ou secteur recherché
- Rédiger une lettre de motivation personnalisée et convaincante, qui cible efficacement les priorités de chaque employeur
- Développer une stratégie de recherche méthodique et ciblée
- Mettre en œuvre des techniques de relance et de suivi efficaces
- Adopter une posture confiante et différenciante dans leur démarche de candidature

## ▶ PROGRAMME DÉTAILLÉ

### **Décrypter la candidature : les clés d'un dossier gagnant**

- Identifier les éléments constitutifs d'une candidature réussie dans différents secteurs.
- Saisir les critères qui influencent le choix des recruteurs.
- Relever les postures et comportements attendus dans une démarche professionnelle.

### **Identifier ses atouts et révéler ses compétences**

- Définition et typologie des compétences professionnelles
- Auto-évaluer ses compétences transversales.
- Repérer ses différenciateurs pour se démarquer sur le marché de l'emploi.
- Identifier sa "carte maîtresse" professionnelle.
- Exprimer et argumenter ses motivations.

### **Se présenter pour convaincre : construire un CV percutant**

- Connaître les standards et les tendances en matière de CV selon le secteur.
- Choisir, organiser et hiérarchiser les informations valorisantes.
- Adapter sa présentation aux exigences du poste ciblé.
- Éviter les écueils les plus fréquents.
- Enrichir sa candidature.

### **Donner envie de vous rencontrer : la lettre de motivation impactante**

- Assimiler la structure efficace d'une lettre de motivation.
- Mettre en avant la cohérence entre parcours personnel et projet professionnel.
- Analyser et améliorer sa qualité rédactionnelle.
- Formuler des messages-clés adaptés à chaque secteur et chaque employeur.

### **Structurer sa démarche et déployer une stratégie efficace**

- Comprendre les étapes du processus de recherche – stage, emploi ou mobilité.
- Exploiter différents canaux de prospection (en ligne, réseautage, candidatures spontanées...).
- Mettre en place des outils de suivi efficaces.

### **Consolider ses acquis et valoriser ses progrès**

- Capitaliser sur ses acquis pour progresser en autonomie.
- S'autoévaluer et bâtir son plan d'action individuel.
- Partager ses ressentis et renforcer la confiance en soi.

## ▶ MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

### **Méthodes pédagogiques :**

Exposés interactifs et apports théoriques courts  
Méthodes actives  
Grilles d'autoévaluation  
Etude de cas

### **Supports techniques :**

Outils numériques  
Supports d'apprentissage

## ▶ MODALITÉS DE SUIVI ET D'ÉVALUATION

### **Modalités de suivi**

Observation des interactions et de l'évolution des productions individuelles  
Retours personnalisés sur les CV et lettres de chaque participant  
Possibilité de relecture post-formation des documents finalisés

## Modalités d'évaluation :

### Évaluation des acquis :

Diagnostic initial et final.  
Évaluation continue lors des exercices pratiques et mises en situation.  
Auto-évaluations structurées

### Évaluation de la satisfaction :

Questionnaire de satisfaction à chaud en fin de formation  
Évaluation différée à 3 mois pour mesurer l'impact sur les pratiques professionnelles

## ▶ FORMATEUR

Sébastien Lalloué  
25 ans d'expérience dans l'accompagnement et la formation professionnelle  
Formateur professionnel d'adulte certifié RNCP 5 et coach-consultant certifié RNCP7  
Facilitateur de l'intelligence collective  
Formateur de formateurs

## ▶ INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

### Accessibilité :

Nous consulter

### Règlement intérieur :

Disponible sur le site [www.changementmajeur.com](http://www.changementmajeur.com)

### Contact :

Sébastien Lalloué  
07 55 63 07 36  
[contact@changementmajeur.com](mailto:contact@changementmajeur.com)

---

### Sébastien Lalloué – El Changement majeur®

11 rue Eugène Lutherer - 88190 GOLBEY - 07.55.63.07.36

[contact@changementmajeur.com](mailto:contact@changementmajeur.com) - [www.changementmajeur.com](http://www.changementmajeur.com)

SIREN n° 905 089 066 - Déclaration d'activité n° 44880153288 - Préfet région GRAND EST

Exonérée de TVA — Art. 261.4.4 a du CGI

**Document généré le : 31/07/2025**