

PROGRAMME DE FORMATION

CV et Lettre de Motivation

Journée de préparation à la recherche d'entreprise d'accueil - 7 heures

1. Présentation de la formation

L'École de Compétences Professionnelles propose une journée de formation courte dédiée à la construction du CV et de la lettre de motivation, destinée aux futurs apprentis et candidats en amont de leur entrée en contrat d'apprentissage ou de professionnalisation.

Cette action s'inscrit dans l'accompagnement à l'entrée en formation et vise à sécuriser la recherche d'une entreprise d'accueil, condition indispensable à l'entrée en alternance.

2. Public et prérequis

Public visé :

- Candidats à l'entrée en formation en contrat d'apprentissage ou de professionnalisation
- Demandeurs d'emploi et personnes en reconversion professionnelle
- Toute personne en recherche active d'une entreprise d'accueil

Prérequis d'admission : aucun niveau de diplôme requis. Maîtrise de la lecture et de l'écriture en français.

Modalités et délais d'accès : sur convocation ou inscription auprès du secrétariat, en amont de l'entrée en formation.
Entrée à date fixe, groupe de 12 participants maximum.

3. Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant est capable de :

- Identifier et valoriser ses compétences, expériences et atouts personnels
- Structurer un CV clair, synthétique et adapté au poste ou secteur visé
- Rédiger une lettre de motivation personnalisée et argumentée
- Utiliser les outils et codes numériques de la candidature (mise en forme, plateformes de recherche d'entreprise)
- Relire, corriger et adapter ses candidatures avant envoi

4. Durée et organisation de la formation

Durée totale	7 heures (1 journée)
Format	Présentiel
Horaires	9h00 - 12h30 / 13h30 - 17h00
Effectif	12 participants maximum

Lieu de formation	École de Compétences Professionnelles - 1070 Bd Blaise Doumerc, 82000 Montauban
Formateur	Samantha Foucault

5. Déroulé pédagogique de la journée

Horaire	Séquence pédagogique
9h00 - 9h15	Accueil des participants et présentation des objectifs de la journée
9h15 - 10h30	Faire le point sur son profil : compétences, expériences, atouts et projet professionnel (auto-diagnostic)
10h30 - 10h45	Pause
10h45 - 12h30	Construire son CV : structure, rubriques essentielles, mise en forme - atelier pratique individuel
12h30 - 13h30	Pause déjeuner
13h30 - 15h00	Rédiger sa lettre de motivation : accroche, argumentation, personnalisation selon l'entreprise ciblée
15h00 - 15h15	Pause
15h15 - 16h30	Ateliers pratiques : relecture croisée entre participants, corrections, simulation d'envoi de candidature
16h30 - 17h00	Bilan collectif, évaluation des acquis et clôture de la journée

6. Modalités et moyens pédagogiques

- Apports méthodologiques illustrés d'exemples concrets
- Ateliers pratiques individuels et travail en binôme
- Étude de cas et mises en situation de relecture croisée
- Utilisation d'outils numériques (modèles de CV, plateformes de candidature en ligne)
- Remise d'un support pédagogique et de modèles types (CV et lettre de motivation)

Moyens matériels : salle équipée, vidéoprojecteur, postes informatiques et connexion internet, supports pédagogiques imprimés.

7. Modalités d'évaluation

- Évaluation diagnostique en début de journée (auto-positionnement)
- Évaluation formative continue au fil des ateliers, avec retours individualisés du formateur
- Évaluation des acquis en fin de journée : production finalisée d'un CV et d'une lettre de motivation
- Questionnaire de satisfaction à chaud renseigné par chaque participant

8. Sanction de la formation

Une attestation de fin de formation, mentionnant les objectifs pédagogiques atteints, est remise à chaque participant à l'issue de la journée.

9. Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Toute demande d'aménagement (pédagogique, matériel ou organisationnel) est étudiée avec le référent handicap de l'Organisme, en amont de l'entrée en formation, afin d'adapter au mieux les conditions d'accueil et de déroulement de la journée.

Contact référent handicap : Samantha FOUCAULT

10. Indicateurs de résultats

Conformément à l'obligation de transparence du critère 1 du Référentiel National Qualité, les indicateurs de résultats de cette formation sont mis à jour annuellement et diffusés publiquement.

Taux de satisfaction des participants	
Taux de complétude de la journée (assiduité)	
Nombre de participants ayant finalisé un CV et une lettre de motivation opérationnels	

Document mis à jour le : 12/08/2026