

[S'INFORMER, SE CONNAÎTRE, S'ORIENTER]

Mon guide pratique de stage

Mon guide pratique de stage

Ce guide fait partie du matériel disponible pour les périodes d'approche du monde professionnel (AMP).



Je m'informe et j'explore les métiers



Je réfléchis à mes intérêts et à mes qualités



Je me décide et je fais des choix



Je réalise mon projet

Réalisation et édition :

Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)

Unité Information – documentation

www.vd.ch/orientation

Direction du projet : Anne-Claude Künzi Hofmann

Rédaction : Corinne Giroud

Avec la collaboration de : Stéphane Bonzon, Cendrine Buser Wyser, Gaspard Holder, Christophe Repond

Graphisme : Marie-Camille Loutan

© OCOSP, Vaud



Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF)
Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)

2019 (réimpression 2022)

Ce qu'il faut savoir 2

Rien ne vaut un stage pour... 3
Trois types de stage 3

Trouver un stage 4
Quelques pistes 4
Ecrire, passer ou téléphoner ? 5

Préparer un stage 6
Fiche métier 1, 2, 3
Adopte la « stage attitude » 9

Après le stage 10
Les bons réflexes 10

Modes d'emploi 11
Prendre contact avec une entreprise 11
Exemple d'entretien (téléphonique) 12
Structure d'une lettre standard, à l'ordinateur 13
Exemple de lettre de motivation pour un stage 14
Exemple de curriculum vitae (CV) pour un stage 15
Exemples de mot de remerciement après un stage 16

Noter ses expériences 17
Journal de stage 1, 2, 3

Annexes 20
Suivi des démarches
Rapport de stage – Stagiaire (4 exemplaires à détacher)
Rapport de stage – Responsable du stage (4 exemplaires à détacher)
Ces annexes sont également disponibles sur www.vd.ch/orientation,
Faire des stages => Stages à l'école obligatoire

« Je suis curieuse de voir ce que ça fait de travailler. » Maeva

« Je me réjouis, même si je n'ai pas trouvé une place dans le domaine qui m'intéresse. »
Manon

Ce qu'il faut savoir

A quel âge ?

Tu as la possibilité de faire un stage en entreprise à partir de 13 ans révolus.

Combien de temps ?

L'école met cinq jours à ta disposition en 10^e et en 11^e pour un ou plusieurs stages. Profite des vacances pour organiser d'autres stages !

Quels horaires ?

En stage, tu travailleras 8 heures par jour (entre 6h et 18h) au maximum et au plus 40 heures par semaine.

« Après qu'ils ont réfléchi aux métiers qui les intéressent, je conseille aux jeunes de faire des stages : plusieurs stages dans des métiers différents leur permettent de vérifier leurs intérêts. »
Cendrine Buser Wyser, conseillère en orientation

Rien ne vaut un stage pour...

Rien ne vaut un stage pour...

- découvrir le monde du travail, son ambiance et ses exigences
- apprivoiser des craintes possibles face à la nouveauté et à l'inconnu
- discuter avec des professionnels et /ou avec des apprentis
- utiliser des outils et des machines, essayer des techniques
- faire l'expérience de plusieurs métiers et les comparer.

« Les élèves se frottent à un métier pendant quelques jours, c'est sans engagement. L'idée est d'ouvrir des portes. » François Liaudet, maître de classe

Trois types de stage

Stage de découverte : à partir de l'âge de 13 ans révolus, tu as la possibilité de faire un stage pour observer le monde du travail. Un stage de découverte peut déclencher ta réflexion sur ton avenir professionnel.

Stage d'orientation : un stage d'orientation, en 10^e, va t'aider à clarifier tes intérêts pour un domaine ou un métier auquel tu as réfléchi.

Stage de sélection : organisé par les entreprises formatrices ou les Écoles de métiers, le stage de sélection vise à vérifier tes connaissances et tes aptitudes en relation avec l'apprentissage visé. Il concerne surtout les élèves de 11^e.

Trouver un stage

Quelques pistes

• Parles-en autour de toi, active ton réseau

Tes parents, ta famille, tes amis, tes enseignants ont peut-être une bonne adresse à te proposer.

« J'ai demandé à ma voisine, elle est architecte. Elle a tout de suite accepté de me prendre en stage de dessinatrice pour deux jours. » Lou

• Frappe à la porte des entreprises

Cela demande un peu de courage, mais c'est une démarche souvent efficace. Le contact direct permet de faire connaissance et d'être rapidement fixé.

« Mon père est informaticien et m'a donné quelques adresses. J'ai décroché mon stage au premier coup de fil ! » Nathan

• Consulte la bourse des places d'apprentissage sur le site www.vd.ch/orientation

Les entreprises formatrices accueillent régulièrement des stagiaires. Peut-être seras-tu leur futur-e apprenti-e.

« Je me suis renseignée dans plusieurs salons de coiffure et c'est comme ça que j'ai trouvé mon premier stage. » Solène

• Consulte un annuaire téléphonique sur Internet, par exemple www.local.ch

Les entreprises y sont classées par domaines d'activités.

• Un stage dans quel métier ?

Même si tu n'as pas encore d'idée précise ou si le métier que tu vises n'offre pas de place de stage, cherche un stage dans un domaine ou un métier qui t'intéressent aussi.

« Moi, ce qui m'intéresse, c'est la médecine naturelle. Mais je n'ai pas réussi à trouver un stage dans ce domaine, alors je vais aller dans un magasin de matériel d'équitation. » Anne-Laure

Trouver un stage

Ecrire, passer ou téléphoner ?

Le mode de prise de contact dépend beaucoup du métier et des entreprises.

Dans le domaine administratif, dans les grandes entreprises ou dans des domaines où les métiers sont très demandés, la **lettre de motivation** est de rigueur. *Voir page 14*

« Nous conseillons aux personnes intéressées par un stage ou une formation professionnelle dans notre laboratoire de nous envoyer un dossier. C'est une étape incontournable qui permet une première sélection. »

Dans les entreprises artisanales ou de service, les magasins, les ateliers, les garages, les garderies, etc., il est tout à fait admis qu'un élève téléphone ou se présente pour demander s'il y a une possibilité de faire un stage. *Voir page 12*

« Dans nos métiers du bâtiment, nous n'avons pas le temps de répondre aux demandes écrites pour un stage. Mieux vaut téléphoner. Le contact direct donne aussi l'occasion de discuter, de sonder l'intérêt et la personnalité du jeune. »

Organiser un stage avec professionnalisme, c'est...

- S'y prendre à l'avance
- Chercher une place de stage soi-même, avec l'appui de son réseau (amis, parents, etc.)
- Garder la motivation devant d'éventuels refus
- Prendre note de toutes les démarches : nom des entreprises contactées, date du contact, réponse, dates prévues pour le stage *Voir page 20*
- S'informer à fond sur le métier
- Se renseigner sur l'entreprise

Si ton stage a lieu pendant les périodes d'école, conforme-toi aux usages de ton établissement scolaire.

Préparer un stage

Fiche métier 1

Stage dans le métier de Date : duau

Tu as trouvé une place de stage. Afin que cette expérience soit positive pour toi et pour l'entreprise qui va t'accueillir, prends le temps de préparer ton stage !

Relis la fiche Profession www.vd.ch/orientation => Rechercher un métier => Plus de détails sur ce métier.
Regarde le film Zoom sur les métiers www.vd.ch/orientation => Voir les films Zoom sur les métiers
Discutes-en avec tes proches
Renseigne-toi sur l'entreprise, par exemple en consultant Internet

Complète ensuite le questionnaire ci-dessous :

1) Quelles sont les qualités requises pour exercer ce métier ?
.....
.....

2) Quelles sont les activités que tu te réjouis de découvrir dans ce métier ?
.....
.....

3) Quelle formation faut-il suivre pour apprendre ce métier ?

☐ Apprentissage	☐ École supérieure	☐ Brevet/diplôme fédéral
☐ Université	☐ École polytechnique fédérale	☐ Haute école spécialisée
☐ Autre.....		
☐ Conditions d'admission :.....		

Y a-t-il un examen d'admission à la formation ? oui ☐ non ☐ je ne sais pas ☐

Durée de la formation :.....
Titre obtenu à la fin de la formation :.....
Cite quelques-uns des outils de travail couramment utilisés dans ce métier :.....
.....
Quelle est la spécialisation de l'entreprise ?
Est-ce une petite ou une grande entreprise ?
Quels sont les métiers représentés ?
.....
Forme-t-elle des apprentis ?.....

Si tu ne peux pas répondre à ces questions, pose-les aux professionnels que tu vas rencontrer !

Préparer un stage

Fiche métier 2

Stage dans le métier de Date : duau

Tu as trouvé une place de stage. Afin que cette expérience soit positive pour toi et pour l'entreprise qui va t'accueillir, prends le temps de préparer ton stage !

Relis la fiche Profession www.vd.ch/orientation => Rechercher un métier => Plus de détails sur ce métier.
Regarde le film Zoom sur les métiers www.vd.ch/orientation => Voir les films Zoom sur les métiers
Discutes-en avec tes proches
Renseigne-toi sur l'entreprise, par exemple en consultant Internet

Complète ensuite le questionnaire ci-dessous :

1) Quelles sont les qualités requises pour exercer ce métier ?
.....
.....

2) Quelles sont les activités que tu te réjouis de découvrir dans ce métier ?
.....
.....

3) Quelle formation faut-il suivre pour apprendre ce métier ?

☐ Apprentissage	☐ École supérieure	☐ Brevet/diplôme fédéral
☐ Université	☐ École polytechnique fédérale	☐ Haute école spécialisée
☐ Autre.....		
☐ Conditions d'admission :.....		

Y a-t-il un examen d'admission à la formation ? oui ☐ non ☐ je ne sais pas ☐

Durée de la formation :.....
Titre obtenu à la fin de la formation :.....
Cite quelques-uns des outils de travail couramment utilisés dans ce métier :.....
.....
Quelle est la spécialisation de l'entreprise ?
Est-ce une petite ou une grande entreprise ?
Quels sont les métiers représentés ?
.....
Forme-t-elle des apprentis ?.....

Si tu ne peux pas répondre à ces questions, pose-les aux professionnels que tu vas rencontrer !

Préparer un stage

Fiche métier 3

Stage dans le métier de Date : duau

Tu as trouvé une place de stage. Afin que cette expérience soit positive pour toi et pour l'entreprise qui va t'accueillir, prends le temps de préparer ton stage !

Relis la fiche Profession www.vd.ch/orientation => Rechercher un métier => Plus de détails sur ce métier.
Regarde le film Zoom sur les métiers www.vd.ch/orientation => Voir les films Zoom sur les métiers
Discutes-en avec tes proches
Renseigne-toi sur l'entreprise, par exemple en consultant Internet

Complète ensuite le questionnaire ci-dessous :

1) Quelles sont les qualités requises pour exercer ce métier ?
.....
.....

2) Quelles sont les activités que tu te réjouis de découvrir dans ce métier ?
.....
.....

3) Quelle formation faut-il suivre pour apprendre ce métier ?

☐ Apprentissage	☐ École supérieure	☐ Brevet/diplôme fédéral
☐ Université	☐ École polytechnique fédérale	☐ Haute école spécialisée
☐ Autre.....		
☐ Conditions d'admission :		

Y a-t-il un examen d'admission à la formation ? oui ☐ non ☐ je ne sais pas ☐

Durée de la formation :.....
Titre obtenu à la fin de la formation :.....
Cite quelques-uns des outils de travail couramment utilisés dans ce métier :.....

Quelle est la spécialisation de l'entreprise ?
Est-ce une petite ou une grande entreprise ?
Quels sont les métiers représentés ?
.....
Forme-t-elle des apprentis ?.....

Si tu ne peux pas répondre à ces questions, pose-les aux professionnels que tu vas rencontrer !

Préparer un stage

Adopte la « stage attitude »

Un stage réussi peut déboucher sur la signature d'un contrat d'apprentissage. Il vaut donc la peine de soigner tous les détails.

Avant



J'ai déjà repéré les lieux
Je connais les possibilités de transports
Je prévois un peu d'argent pour le repas de midi
Je porte des vêtements adaptés à la situation (à discuter avec tes parents ou avec ton enseignant-e !)
Je laisse ma casquette à la maison

Je verrai bien le jour J pour trouver où c'est
Au cas où, je ferai du stop
On va sûrement m'inviter
Touche pas à mon look
Elle fait partie de ma personnalité



Pendant

Je m'organise pour arriver à l'heure (si c'est trop compliqué, demande de l'aide, par exemple à tes parents)
Je prends connaissance des règles et des horaires, j'écoute les directives et les conseils
Je pose des questions, je montre mon intérêt, ma motivation, je demande ce que je peux faire, je prends des initiatives
Je tiens à jour mon **journal de stage** Voir page 17
Au début du stage, je donne le **rapport de stage** (à détacher à la fin de ce guide) à la personne responsable et le lui demande à la fin du stage
À la fin du stage, je remercie toutes les personnes qui se sont occupées de moi

Cinq minutes de retard, pas grave
Ah, c'est pas l'horaire libre ?
Je me pose dans un coin et j'attends que la journée se passe. Je refuse les tâches qu'on me confie
Je le ferai plus tard
Je le lui remets à la dernière minute et je l'oublie en partant
Je pars sans saluer personne

Après

Je remplis mon **rapport de stage** en m'inspirant de mon **journal de stage** et je le range dans mon classeur Voir page 17
J'envoie un petit **mot de remerciement** après mon stage Voir page 16

Je le ferai plus tard
Je demanderai à mes parents de s'en occuper

Après le stage

Les bons réflexes

Range le **rapport de stage** rempli par la personne responsable de ton stage dans **ton classeur d'orientation** « mon **a**venir **m'**appartient », après en avoir fait au moins deux photocopies. **Un rapport de stage positif est une attestation de travail que tu pourras joindre à ton dossier de candidature** (curriculum vitae et lettre de motivation) à une place d'apprentissage. Voir la brochure « Recherche d'une place d'apprentissage ».

Tu peux chercher d'autres stages pour confirmer ton choix ou pour explorer d'autres possibilités.

« J'aimerais trouver un stage de scieur dans une autre entreprise pour voir si c'est vraiment ce que je veux faire. » Fabian

« Le patron m'a conseillé de faire un stage dans un autre bureau d'architecte pour connaître différentes manières de travailler. » Lou

« Le métier d'assistante en médecine vétérinaire me plaît, mais j'ai envie de découvrir aussi celui de diététicienne. » Christelle

Tu aimerais en parler avec le conseiller ou la conseillère en orientation ?

Demande un rendez-vous et, le jour de l'entretien, prends avec toi ton Classeur d'orientation, en particulier le rapport de stage de l'entreprise et le tien.

« Il peut y avoir un décalage entre l'impression enthousiaste de l'élève et le rapport de stage rempli par l'employeur, plus nuancé. C'est l'occasion de réfléchir avec le jeune et de faire le point sur ses qualités. » Noémie Crosa Ben Ahmed, conseillère en orientation

Modes d'emploi

Prendre contact avec une entreprise

Plutôt que d'envoyer une lettre de motivation au hasard, tu as intérêt à appeler l'entreprise visée ou à passer pour savoir si elle accueille des stagiaires et si ta candidature peut l'intéresser. Ainsi, tu n'enverras pas ta lettre pour rien.

Avant

Je me prépare à cet entretien

J'ai noté les dates auxquelles je suis disponible pour un stage

Je réfléchis à ce que je vais dire

J'ai de quoi écrire sous la main



J'ai autre chose à faire !

Je m'arrangerai

Pas d'souci, je vais improviser

Je demanderai un stylo au patron



Pendant

Je me présente et j'explique pourquoi j'appelle

Je parle distinctement et correctement

Je note les dates et le lieu du stage, l'heure du rendez-vous et le nom de la personne responsable

Je ne sais pas quoi dire

Do U speak chat ?

Je vais m'en souvenir

Après

Si on me le demande, j'envoie une lettre de motivation

Si mon stage est prévu sur le temps scolaire, j'annonce que je viendrai faire signer la **demande de stage** le plus rapidement possible

Je laisse tomber au premier refus

Bof, ça peut attendre

Modes d'emploi

Exemple d'entretien (téléphonique)

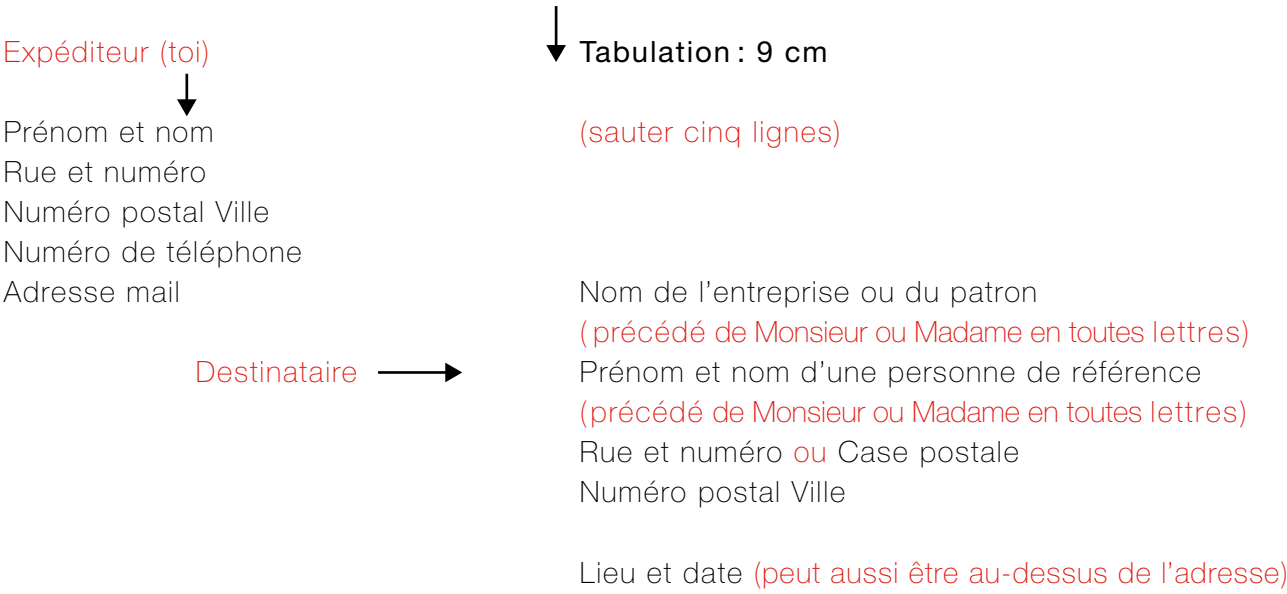
Salue la personne	- <i>Bonjour Madame (ou Monsieur).</i>
Tél. : Annonce-toi et explique la raison de ton appel Sur place : Présente-toi et explique la raison de ta visite	- <i>Je m'appelle X Y. Je suis en avant-dernière année (ou en dernière année) d'école et j'aimerais faire un stage de (nom du métier).</i> - <i>Prenez-vous des stagiaires ?</i>
Écoute la réponse et poursuis la discussion	- <i>Ah, vous ne prenez pas de stagiaires... Bon, et bien, tant pis. Merci quand même. Au revoir Madame (ou Monsieur).</i> - <i>Oui ? Est-ce que je pourrais venir en stage chez vous ? Je suis très intéressé-e par le métier de... et ce serait l'occasion de le découvrir concrètement.</i>
Pose des questions précises et note les réponses. Parle distinctement et poliment	- <i>Quand pouvez-vous m'accueillir ?</i> - <i>Pour combien de jours ?</i> - <i>A quelle heure dois-je me présenter le premier jour ?</i> - <i>Qui dois-je demander à mon arrivée ?</i> - <i>Dois-je prendre un matériel particulier ?</i> - <i>Puis-je passer pour vous faire signer la demande de stage ?</i>
En cas de doute, demande des précisions	- <i>Je n'ai pas bien compris votre nom, pouvez-vous le répéter, s'il vous plaît ?</i> - <i>Je commence bien mercredi de la semaine prochaine ?</i>
Remercie et salue la personne	- <i>Je vous remercie beaucoup pour votre disponibilité et je me réjouis de vous rencontrer.</i>

Pour éviter de rappeler plusieurs fois la même entreprise qui n'offre pas de place de stage, note la date de cet entretien et son résultat dans le « Suivi des démarches », en annexe de ce guide, page 20.

Si tu te rends sur place, soigne ton apparence, choisis des vêtements appropriés. Si nécessaire, demande à tes parents de t'aider.

Modes d'emploi

Structure d'une lettre standard, à l'ordinateur



(quatre ou cinq retours à la ligne depuis le bas de l'adresse du destinataire ou du lieu)

Objet de la lettre : Stage de... (trois retours à la ligne)

Formule d'appel : Madame ou Monsieur ou Madamé, Monsieur, (deux retours à la ligne)

Introduction : Rappel d'un éventuel entretien téléphonique. Situation scolaire, etc. Rappel de l'objet de ta lettre (trouver un stage pour telle date) (deux retours à la ligne)

Partie principale de la lettre : Ton intérêt pour le métier, ta motivation à faire un stage dans l'entreprise à laquelle tu adresses ta lettre. Tes qualités et aptitudes, etc. (deux retours à la ligne)

Conclusion : Tes attentes vis-à-vis de l'entreprise (un entretien, un stage, par exemple), ou tes intentions (téléphoner, etc.) (deux retours à la ligne)

Salutations et remerciements (trois ou quatre retours à la ligne)



Police : plus la lettre est courte, plus la police de caractère est grande (maximum 12 points) pour «remplir» la page. Mise en page : toujours justifiée, c'est-à-dire alignée à gauche et à droite.

Modes d'emploi

Exemple de lettre de motivation pour un stage

Danilo Michielis
Les Giettes
1800 Vevey

Tél. : 073 745 02 27
danimichoux@hotmail.com

Garage de la Forêt
Monsieur Jean-Louis Verron
Zone industrielle
1618 Châtel-Saint-Denis

Vevey, le 3 septembre 20..

Demande pour une place de stage de mécatronicien d'automobiles

Monsieur,

Il y a deux jours, je suis venu me présenter dans votre garage pour vous parler de mon projet d'avenir.

Je suis en 10^e de la voie générale à Vevey et vais quitter l'école l'année prochaine. Je m'intéresse beaucoup aux voitures et j'aimerais en faire mon métier. J'ai déjà fait un stage de trois jours dans une carrosserie et je voudrais maintenant découvrir le travail sur les moteurs. Seriez-vous d'accord de m'accueillir dans votre garage pour un stage en mécanique?

Je suis quelqu'un de soigneux et d'organisé, et j'ai une bonne résistance physique. Pour éviter de manquer l'école, ce serait formidable si je pouvais venir en stage pendant les vacances d'octobre.

Tout en espérant que votre réponse sera positive, je vous prie de recevoir, Monsieur, mes salutations les meilleures.

Danilo Michielis

Adapte la lettre à la situation !

Demande à tes parents ou à ton enseignant-e de relire ta lettre. Si tu choisis de l'écrire à la main, inspire-toi de cette opinion d'un formateur : « J'apprécie les lettres manuscrites, joliment et soigneusement écrites. »

Modes d'emploi

Exemple de curriculum vitae (CV) pour un stage

Roxana Berseth

Chemin du Boiron 3
1035 Tolochenaz

075 345 67 89
roxanaber7@gmail.ch

Née le 2 février 20.. (13 ans)
Nationalité espagnole (permis C)
en 10^e année VG

Scolarité

Ecole primaire à
Ecole secondaire à

Tolochenaz
Morges

Voie secondaire générale

niveau 2 en français et allemand
niveau 1 en mathématiques
mathématiques / ACM

Options de compétences métiers

Langues

Français
Espagnol
Allemand
Anglais



Mes qualités

Bilingue
Souriante et sociable
Aime rendre service

Mes loisirs

Visiter des pays et des villes
Danse moderne
Organiser des anniversaires pour mes amis

Référence

M. Mathieu Grimbert, maître de classe, m.grimbert@educanet.ch / 075 567 88 99

**Mon objectif
est de
découvrir les métiers
dans un hôtel**

Classe une copie de ta lettre et de ton CV dans ton Classeur d'orientation et note la date de l'envoi ainsi que celle de la réponse dans le « Suivi des démarches », page 20. Pas de réponse après une semaine ? Appelle l'entreprise!

D'autres exemples de lettres et de CV dans Recherche d'une place d'apprentissage.

Modes d'emploi

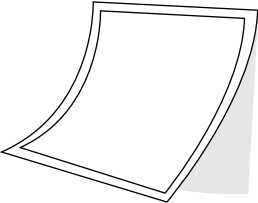
Exemple de mot de remerciement après un stage

Montreux, le 1er mai 20..

Monsieur,

Le stage de cuisinière que je viens de terminer dans les cuisines de l'Hôtel Ramaz m'a énormément plu. Je suis sûre que ce métier me conviendra. Je vous remercie pour votre gentillesse et pour le temps que vous avez passé avec moi. Vous m'avez beaucoup appris et je vous en suis très reconnaissante. Je vous demande de remercier vos collègues de ma part et vous prie de recevoir, Monsieur, mes salutations les meilleures.

Aline Wachter



Hôtel Ramaz
Monsieur
Alain Daroc
Les Bergues 7
1865 Les Diablerets

Vérifie l'adresse et relis ton mot avant de glisser ta carte ou ta lettre dans une boîte aux lettres.

Exemple de mot de remerciement envoyé par e-mail

A : info@entreprise-sa.com

Cc :

Objet : A l'attention de Madame Ducommun, responsable des stagiaires

Bonjour,

De retour à l'école après ces trois jours de stage dans votre entreprise, je tiens à vous remercier pour votre accueil. Vous m'avez donné l'occasion d'approfondir plusieurs aspects du métier de médiamaticien que j'avais pu découvrir au Salon des métiers à Lausanne l'année dernière. Je vois mieux aujourd'hui quelles sont les possibilités de travail après une formation dans ce domaine. Heureux de l'évaluation très positive que vous avez faite de mon stage, je vous prie de recevoir, Madame, mes meilleures salutations.

Erkan Nikolic

Vérifie l'adresse et relis ton mot avant de cliquer sur envoyer.

Noter ses expériences

Journal de stage 1

Remplis soigneusement ce journal. Cela pourra te servir à rédiger ton **rapport de stage**, ton curriculum vitae et ta lettre de motivation !

Métier : Date : duau

Activités effectuées	Positif		Négatif	
•	☐	☐	☐	
Pourquoi:				
•	☐	☐	☐	
Pourquoi:				
•	☐	☐	☐	
Pourquoi:				
•	☐	☐	☐	
Pourquoi:				
•	☐	☐	☐	
Pourquoi:				

« On s'est bien occupé de moi : j'ai pu passer du temps dans chaque secteur du bureau. » Elora, stagiaire employée de commerce

« De 7h30 à 17h45, j'ai trouvé long ! » Raphaël, stagiaire menuisier

« J'ai appris plein de nouveaux mots concernant l'équitation. » Anne-Laure, stagiaire gestionnaire du commerce de détail

Noter ses expériences

Journal de stage 2

Remplis soigneusement ce journal. Cela pourra te servir à rédiger ton **rapport de stage**, ton curriculum vitae et ta lettre de motivation !

Métier : Date : duau

Activités effectuées	Positif		Négatif
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			

« Le téléphone n’arrêtait pas de sonner ! »
Mélanie, stagiaire assistante médicale

« On m’a expliqué comment faire des mas-
sages. » Maeva, stagiaire physiothérapeute

« J’ai pu faire le service des voitures, voir com-
ment elles fonctionnaient et découvrir plein
d’outils. » Bryan, stagiaire mécatronicien
d’automobiles

Noter ses expériences

Journal de stage 3

Remplis soigneusement ce journal. Cela pourra te servir à rédiger ton **rapport de stage**, ton curriculum vitae et ta lettre de motivation !

Métier : Date : duau

Activités effectuées	Positif		Négatif
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			
•	☐	☐	☐
Pourquoi:			

« J’ai fait des bricolages avec les enfants et
on m’a même laissé organiser une leçon de
gym ! » Eva, stagiaire dans une classe primaire

« Je me suis déplacé dans toute la Suisse: le
Valais, Zurich, Bâle... » Eric, stagiaire poseur
de sol-parquet

« Certains clients ont été désagréables. »
Manon, stagiaire polydesigner 3D

MÉTIER	ENTREPRISE CONTACTÉE Nom de l'entreprise Nom du responsable Adresse Téléphone	PRISE DE CONTACT Date Nom de la personne de contact Par téléphone ? Par mail ?	ENVOI D'UNE LETTRE DE MOTIVATION Date	RELANCE ? Date	RÉPONSE DE L'ENTREPRISE Date Proposition de stage ? Proposition d'entretien ? A recontacter ? Quand ?	STAGE Dates

Conclusion

Estimes-tu avoir assez d'informations sur cette profession ? ☐ Oui ☐ Non

Le métier correspond-il à l'idée que tu t'en faisais ? ☐ Oui ☐ Non

Ce stage t'a-t-il permis de prendre une décision ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui, laquelle ?

☐ J'envisage un apprentissage dans ce métier

☐ J'hésite encore. Pourquoi ?

☐ J'abandonne cette profession. Pourquoi ?

L'entreprise t'a-t-elle proposé une place d'apprentissage ? ☐ Oui ☐ Non

Penses-tu à un autre métier ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui lequel ?

Quelles seront tes prochaines démarches ?

☐ Me renseigner sur d'autres métiers

☐ Chercher un autre stage

☐ Me renseigner sur les portes ouvertes des écoles

☐ Me renseigner sur les examens d'admission

☐ Préparer mon dossier de postulation

☐ Consulter la bourse des places d'apprentissage

☐ Autre :

Rapport de stage | Stagiaire

Tu as effectué un stage en vue d'une formation professionnelle initiale. Prends la peine de remplir ce rapport de stage: tes impressions et tes observations seront d'une grande utilité pour la suite de tes démarches.

ENTREPRISE:

Responsable Nom Prénom

Adresse

N° postal Localité

Téléphone

STAGIAIRE:

Nom Prénom

Classe Etablissement

Adresse

N° postal Localité

Téléphone

Stage dans le métier de :

du au

[illegible]

	Très satisfait (😊)	Satisfait (🙂)	Neutre (😐)	Insatisfait (😞)	Très insatisfait (😡)
Impression générale	☐	☐	☐	☐	☐
Ambiance	☐	☐	☐	☐	☐
Métier	☐	☐	☐	☐	☐
Entreprise	☐	☐	☐	☐	☐
Informations (requêtes)	☐	☐	☐	☐	☐
Encadrement et suivi	☐	☐	☐	☐	☐

DEROULEMENT DU STAGE

Y a-t-il un test d'admission dans cette profession ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

.....

Quels sont les remarques ou commentaires qui t'ont été faits pendant le stage ?

Que devrais-tu développer ou améliorer pour réussir dans ce métier ?

☐ Oui, la plupart ☐ Certaines ☐ Non ☐ Je ne sais pas

A ton avis, quelles sont les matières scolaires importantes dans cette profession ?

As-tu l'impression de posséder ces qualités ?

A ton avis, quelles sont les qualités nécessaires à l'exercice de cette profession ?

Conclusion

Estimes-tu avoir assez d'informations sur cette profession ? ☐ Oui ☐ Non

Le métier correspond-il à l'idée que tu t'en faisais ? ☐ Oui ☐ Non

Ce stage t'a-t-il permis de prendre une décision ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui, laquelle ?

Si oui, laquelle ?

☐ J'envisage un apprentissage dans ce métier

☐ J'hésite encore. Pourquoi?

☐ J'abandonne cette profession. Pourquoi?

L'entreprise t'a-t-elle proposé une place d'apprentissage? ☐ Oui ☐ Non

Penses-tu à un autre métier? ☐ Oui ☐ Non

Si oui lequel?

Quelles seront tes prochaines démarches ?

- ☐ Me renseigner sur d'autres métiers
- ☐ Chercher un autre stage
- ☐ Me renseigner sur les portes ouvertes des écoles
- ☐ Me renseigner sur les examens d'admission
- ☐ Préparer mon dossier de postulation
- ☐ Consulter la bourse des places d'apprentissage
- ☐ Autre :

Rapport de stage | **Stagiaire**

Tu as effectué un stage en vue d'une formation professionnelle initiale. Prends la peine de remplir ce rapport de stage: tes impressions et tes observations seront d'une grande utilité pour la suite de tes démarches.

ENTREPRISE:

Responsible Nom

PrénomAdresse

N° postal Localité

Téléphone

STAGIAIRE: Nom

PrénomEtablissement

.....

..... Localité

Téléphone

Stage dans le métier de :

du au

Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF)
Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)

[illegible]

Impression générale	☐	☐	☐	☐
Ambiance	☐	☐	☐	☐
Métier	☐	☐	☐	☐
Entreprise	☐	☐	☐	☐
Informations (requêtes)	☐	☐	☐	☐
Encadrement et suivi	☐	☐	☐	☐

DEROULEMENT DU STAGE

Y a-t-il un test d'admission dans cette profession ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

.....

Quels sont les remarques ou commentaires qui t'ont été faits pendant le stage ?

Que devrais-tu développer ou améliorer pour réussir dans ce métier ?

☐ Oui, la plupart ☐ Certaines ☐ Non ☐ Je ne sais pas

A ton avis, quelles sont les matières scolaires importantes dans cette profession ?

As-tu l'impression de posséder ces qualités ?

A ton avis, quelles sont les qualités nécessaires à l'exercice de cette profession ?

Conclusion

Estimes-tu avoir assez d'informations sur cette profession ? ☐ Oui ☐ Non

Le métier correspond-il à l'idée que tu t'en faisais ? ☐ Oui ☐ Non

Ce stage t'a-t-il permis de prendre une décision ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui, laquelle ?

Si oui, laquelle?

☐ J'envise un apprentissage dans ce métier

☐ J'hésite encore. Pourquoi?

☐ J'abandonne cette profession. Pourquoi?

L'entreprise t'a-t-elle proposé une place d'apprentissage? ☐ Oui ☐ Non

Penses-tu à un autre métier? ☐ Oui ☐ Non

Si oui lequel?

Quelles seront tes prochaines démarches ?

- ☐ Me renseigner sur d'autres métiers
- ☐ Chercher un autre stage
- ☐ Me renseigner sur les portes ouvertes des écoles
- ☐ Me renseigner sur les examens d'admission
- ☐ Préparer mon dossier de postulation
- ☐ Consulter la bourse des places d'apprentissage
- ☐ Autre :

Rapport de stage | **Stagiaire**

Tu as effectué un stage en vue d'une formation professionnelle initiale. Prends la peine de remplir ce rapport de stage: tes impressions et tes observations seront d'une grande utilité pour la suite de tes démarches.

ENTREPRISE:

	Nom
Responsible	

PrénomAdresse

N° postal Localité

Téléphone

STAGIAIRE: Nom

Prénom

..... Etablissement

.....

..... Localité

Téléphone

Stage dans le métier de :

du au

Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF)
 Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)
 (2022)

[illegible]

	Très satisfait (😊)	Satisfait (🙂)	Neutre (😐)	Insatisfait (😞)	Très insatisfait (😡)
Impression générale	☐	☐	☐	☐	☐
Ambiance	☐	☐	☐	☐	☐
Métier	☐	☐	☐	☐	☐
Entreprise	☐	☐	☐	☐	☐
Informations (requêtes)	☐	☐	☐	☐	☐
Encadrement et suivi	☐	☐	☐	☐	☐

DEROULEMENT DU STAGE

Y a-t-il un test d'admission dans cette profession ?

☐ Oui ☐ Non ☐ Je ne sais pas

Quels sont les remarques ou commentaires qui t'ont été faits pendant le stage ?

Que devrais-tu développer ou améliorer pour réussir dans ce métier ?

A ton avis, quelles sont les matières scolaires importantes dans cette profession ?

As-tu l'impression de posséder ces qualités ?

☐ Oui, la plupart ☐ Certaines ☐ Non ☐ Je ne sais pas

Conclusion

Estimes-tu avoir assez d'informations sur cette profession ? ☐ Oui ☐ Non

Le métier correspond-il à l'idée que tu t'en faisais ? ☐ Oui ☐ Non

Ce stage t'a-t-il permis de prendre une décision ? ☐ Oui ☐ Non

Si oui, laquelle ?

Si oui, laquelle ?

☐ J'envise un apprentissage dans ce métier

☐ J'hésite encore. Pourquoi?

☐ J'abandonne cette profession. Pourquoi?

L'entreprise t'a-t-elle proposé une place d'apprentissage? ☐ Oui ☐ Non

Penses-tu à un autre métier? ☐ Oui ☐ Non

Si oui lequel?

Quelles seront tes prochaines démarches ?

- ☐ Me renseigner sur d'autres métiers
- ☐ Chercher un autre stage
- ☐ Me renseigner sur les portes ouvertes des écoles
- ☐ Me renseigner sur les examens d'admission
- ☐ Préparer mon dossier de postulation
- ☐ Consulter la bourse des places d'apprentissage
- ☐ Autre :

Rapport de stage | **Stagiaire**

Tu as effectué un stage en vue d'une formation professionnelle initiale. Prends la peine de remplir ce rapport de stage: tes impressions et tes observations seront d'une grande utilité pour la suite de tes démarches.

ENTREPRISE:

Responsable Nom
Prénom

Adresse

N° postal **Localité**

Téléphone

STAGIAIRE :  Nom Prénom Classe Etablissement Adresse N° postal Localité Téléphone

Stage dans le métier de :

du au

[illegible]

Y a-t-il un test d'admission dans cette profession ?

☐ Oui

☐ Non

☐ Je ne sais pas

☐ Oui, la plupart ☐ Certaines ☐ Non ☐ Je ne sais pas

A ton avis, quelles sont les matières scolaires importantes dans cette profession ?
.....
.....
.....

Que devrais-tu développer ou améliorer pour réussir dans ce métier ?
.....
.....
.....

Quels sont les remarques ou commentaires qui t'ont été faits pendant le stage ?
.....
.....
.....

A ton avis, quelles sont les qualités nécessaires à l'exercice de cette profession ?

.....

.....

As-tu l'impression de posséder ces qualités ?

	1	2	3	4
Impression générale	☐	☐	☐	☐
Ambiance	☐	☐	☐	☐
Métier	☐	☐	☐	☐
Entreprise	☐	☐	☐	☐
Informations (requêtes)	☐	☐	☐	☐
Encadrement et suivi	☐	☐	☐	☐

DEROULEMENT DU STAGE

Rapport de stage

Responsable du stage

Vous avez reçu cet-te élève pour un stage en vue d'une formation professionnelle initiale. Vos impressions, vos observations sont d'un grand intérêt pour la préparation de son choix. Nous vous remercions vivement de remplir cette fiche.

ENTREPRISE:

Responsable: Nom

Prénom

Adresse

N° postal Localité

Téléphone

STAGIAIRE: Nom Prénom Classe Etablissement Adresse N° postal Localité Téléphone

Stage dans le métier de :

du au


 Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF)
 Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)
 (2022)

Note à l'intention du / de la stagiaire:
Ce rapport de stage est à conserver précieusement. Une copie peut être jointe au dossier de candidature pour une place d'apprentissage.

Date Signature

Avez-vous pu prendre du temps avec le ou la stagiaire pour faire le bilan des quelques jours passés dans votre entreprise ou établissement ?

☐ Oui ☐ Non

☐ Peut-être. Pourquoi?

☐ Non. Pourquoi?

Si vous envisagiez d'engager un-e apprenti-e, prendriez-vous ce ou cette stagiaire en formation ?

.....

Dans le cas où ce ou cette stagiaire envisage une formation dans ce métier, quels conseils particuliers lui donneriez-vous ?

Note à l'intention du / de la stagiaire :
Ce rapport de stage est à conserver précieusement. Une copie peut être jointe au dossier de candidature pour une place d'apprentissage.

Date Signature

☐ Oui ☐ Non

Avez-vous pu prendre du temps avec le ou la stagiaire pour faire le bilan des quelques jours passés dans votre entreprise ou établissement ?

.....

.....

.....

☐ Non. Pourquoi ?

☐ Peut-être. Pourquoi ?

☐ Oui. Pourquoi ?

Si vous envisagiez d'engager un-e apprenti-e, prendriez-vous ce ou cette stagiaire en formation ?

.....

.....

.....

Dans le cas où ce ou cette stagiaire envisage une formation dans ce métier, conseils particuliers lui donneriez-vous ?

.....

.....



Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF)
Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)
(2022)

du au

Stage dans le métier de :

Téléphone

N° postal Localité

Adresse

Classe Etablissement

Prénom

► **STAGIAIRE:** Nom

Téléphone

N° postal Localité

Adresse

Prénom

Responsable: Nom

► **ENTREPRISE:**

Vous avez reçu cet-te élève pour un stage en vue d'une formation professionnelle initiale. Vos impressions, vos observations sont d'un grand intérêt pour la préparation de son choix. Nous vous remercions vivement de remplir cette fiche.

Rapport de stage | **Responsable du stage**

► **ATTITUDE GÉNÉRALE**

Très bien	Satis-faisant	À améliorer	Pas observé
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

Remarques / Observations :

.....

.....

► **EXÉCUTION DES TÂCHES**

Très bien	Satis-faisant	À améliorer	Pas observé
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

Remarques / Observations :

.....

.....

.....

► **AVIS DE LA PERSONNE RESPONSABLE DU STAGE**

A votre avis, le projet de formation dans ce métier est :

- ☐ Adéquat
- ☐ A préciser
- ☐ Pas adéquat

Remarques :

.....

.....

Que conseillez-vous à ce ou à cette stagiaire par rapport à son projet ?

- ☐ Chercher une place d'apprentissage
- ☐ Faire un autre stage
- ☐ Continuer à explorer les métiers
- ☐ Autre (préciser)

.....

Note à l'intention du / de la stagiaire :
Ce rapport de stage est à conserver précieusement. Une copie peut être jointe au dossier de candidature pour une place d'apprentissage.

Date Signature

☐ Oui ☐ Non

Avez-vous pu prendre du temps avec le ou la stagiaire pour faire le bilan des quelques jours passés dans votre entreprise ou établissement ?

.....

.....

.....

☐ Non. Pourquoi ?

☐ Peut-être. Pourquoi ?

☐ Oui. Pourquoi ?

Si vous envisagiez d'engager un-e apprenti-e, prendriez-vous ce ou cette stagiaire en formation ?

.....

.....

.....

Dans le cas où ce ou cette stagiaire envisage une formation dans ce métier, conseils particuliers lui donneriez-vous ?

.....

.....



Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF)
Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)
(2022)

du au

Stage dans le métier de :

Téléphone

N° postal

Adresse

Classe

Prénom

► **STAGIAIRE:** Nom

Téléphone

N° postal

Adresse

Prénom

Responsable: Nom

► **ENTREPRISE:**

Vous avez reçu cet-te élève pour un stage en vue d'une formation professionnelle initiale. Vos impressions, vos observations sont d'un grand intérêt pour la préparation de son choix. Nous vous remercions vivement de remplir cette fiche.

Rapport de stage | **Responsable du stage**

► **ATTITUDE GÉNÉRALE**

Très bien	Satis-faisant	À améliorer	Pas observé
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

Remarques / Observations :

.....

.....

► **EXÉCUTION DES TÂCHES**

Très bien	Satis-faisant	À améliorer	Pas observé
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

Remarques / Observations :

.....

.....

.....

► **CONTACT AVEC AUTRUI**

Très bien	Satis-faisant	À améliorer	Pas observé
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

Remarques / Observations :

.....

.....

► **AVIS DE LA PERSONNE RESPONSABLE DU STAGE**

A votre avis, le projet de formation dans ce métier est :

☐ Adéquat

☐ A préciser

☐ Pas adéquat

Remarques :

.....

.....

Que conseillez-vous à ce ou à cette stagiaire par rapport à son projet ?

☐ Chercher une place d'apprentissage

☐ Faire un autre stage

☐ Continuer à explorer les métiers

☐ Autre (préciser)

.....

ATTITUDE GÉNÉRALE

Très bien	Satis-faisant	À améliorer	Pas observé
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

Remarques / Observations :

CONTACT AVEC AUTRUI

Très bien	Satis-faisant	À améliorer	Pas observé
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

Remarques / Observations :

AVIS DE LA PERSONNE RESPONSABLE DU STAGE

A votre avis, le projet de formation dans ce métier est :

☐ Adéquat
☐ A préciser
☐ Pas adéquat

Remarques :

Que conseillez-vous à ce ou à cette stagiaire par rapport à son projet ?

☐ Chercher une place d'apprentissage
☐ Faire un autre stage
☐ Continuer à explorer les métiers
☐ Autre (préciser)

Publications de l'OCOSP

Scolarité obligatoire

Classeur AMP mon **a**venir **m'**appartient :

- Un après-midi de congé
- Vorongor, la planète inconnue
- Je suis en voie générale... Et après ?
- Des Métiers – Des Écoles
- Connaissance de soi
- Choisir
- Mon guide pratique de stage
- Recherche d'une place d'apprentissage

Autres

- Que faire après la VP ?
- Méthodes de travail – Guide à l'intention des élèves de l'école obligatoire

Tous les titres pour les élèves de la formation postobligatoire, pour les adultes ou pour les parents sont disponibles sur :

www.vd.ch/orientation, rubrique Nos publications



Office cantonal d'orientation scolaire et professionnelle (OCOSP)
(2019)