

Organiser votre CV

➤ Informations personnelles

Prénom/Nom
Adresse postale (facultative) ou ville
N° de téléphone / mail de contact
Age: (Cette information n'est pas obligatoire)

➤ La formation

Cette rubrique comprend les formations supérieures et/ou les diplômes obtenus. Pour valoriser vos formations n'hésitez pas à ajouter des matières qui vont être en lien avec ce que vous recherchez !
Vous pouvez choisir d'ajouter d'autres formations/diplômes (ex: BAFA, PSC1) dans cette rubrique.
Inutile de remonter trop loin dans votre cursus. Ne remontez que jusqu'au BAC, votre brevet, en règle générale, n'est pas utile.
Mettez vos formations de la plus récente à la plus ancienne.

➤ Les expériences

Ce sont toutes les expériences de travail réalisées que ce soit sous forme de stage, de jobs, de bénévolat ou de volontariat. Aucune expérience n'est à négliger, même si elle n'a aucun rapport avec votre demande. Ces expériences vous ont au minimum permis de connaître le fonctionnement de l'entreprise/association avec ses règles, ses contraintes, ses atouts. Elles peuvent également témoigner de votre volonté de vous assumer financièrement pour les jobs d'été par exemple. Enfin, elles vous permettent de développer des compétences que vous pourrez réutiliser dans d'autres situations professionnelles. Pour les expériences correspondant à des stages, du bénévolat ou du volontariat, indiquez d'abord votre fonction suivie du statut (« stagiaire », « bénévole » ou « volontaire »).
Pour valoriser votre expérience, précisez vos activités et vos missions sous chaque expérience. C'est indispensable pour montrer ce que vous savez/pouvez faire.

➤ Compétences linguistiques / informatiques

Pour partir à l'étranger, les **tests de langues** sont parfois indispensables (TOEIC, TOEFL...). Pensez à vous renseigner sur le test demandé et à vous inscrire aux sessions à temps !
Il s'agit d'indiquer non seulement les langues que vous connaissez mais également le niveau de maîtrise de celles-ci. Evitez les mentions « lu, parlé, écrit » peu précises, préférez les mentions: **débutant / notions / intermédiaire / avancé / courant / bilingue**
Si vous avez effectué des séjours à l'étranger précisez le pays et la durée.
N'oubliez pas de lister vos compétences en **informatique** : logiciels, réseaux sociaux etc.

➤ Centres d'intérêt

Cette rubrique peut être très importante dans la mesure où il vous sera difficile de vous démarquer par votre formation initiale ou par votre expérience. Elle est source de renseignements sur votre personnalité, vos engagements. Peuvent y figurer : vos loisirs / vos passions / vos activités associatives / vos expériences non présentées dans la rubrique « Expériences professionnelles »

Tips pour rédiger votre lettre de motivation

➤ Lettre rédigée dans la langue du pays et de la formation visée

Comme le CV, la lettre devra être rédigée selon les codes français mais dans la langue de l'université visée.

La lettre de motivation sera lue et étudiée par le jury de l'Université Jean Moulin Lyon 3 et non pas par l'université d'accueil.

La lettre de motivation permet de mettre l'accent sur des compétences, des connaissances et des qualités dont vous pourrez parler en détail avec le jury lors de votre entretien de motivation. Mais surtout de montrer votre intérêt pour l'année d'études à l'étranger !

➤ 3 grandes parties :

• L'introduction

Attention à toujours adapter la formule d'appel à votre interlocuteur : si vous avez le nom d'une personne dans la partie destinataire (« à l'attention de... »), alors vous commencez soit par Monsieur, soit par Madame mais pas les deux.

• Le développement

Ici l'enjeu est de montrer ce dont vous êtes capable ! Vos points forts : compétences, qualités, connaissances déjà acquises dans votre formation et que vous allez renforcer en partant en échange mais aussi qui font de vous un bon candidat au départ !

Pensez toujours que le plus important ici est de montrer votre motivation : quoi de mieux que votre **projet** ? Alors expliquez votre démarche et reliez votre projet à court terme ou à long terme, ce qui montrera de façon simple et efficace votre motivation.

Vous pouvez par exemple développer votre intérêt : ce qui vous a poussé à partir à l'étranger. Motiver le choix du pays / des cours / de l'université ; prouvez que votre choix est réfléchi et orienté. Vous pouvez également développer la cohérence de votre parcours : le choix de vos études / de votre parcours jusqu'à aujourd'hui, et de cette mobilité à l'international

• La conclusion

N'hésitez pas à proposer un RDV afin de parler plus en détail de votre motivation et de votre intérêt.

Dans une lettre de motivation, il est recommandé d'exprimer ses salutations ou sa considération, plutôt que les sentiments (trop familiers) ou les hommages (trop guindés).

Pour être le plus percutant possible, pensez à faire des phrases simples, courtes avec une seule idée. Cela permettra de conserver un certain rythme dans votre lettre.

Parlez d'une manière générale au présent pour ne pas perdre le lecteur.

L'entretien de motivation

Critères d'évaluation

- Résultats universitaires
- Connaissance langue étrangère
- Projet de formation et professionnel
- Expérience(s) professionnelle(s)
- Activité(s) extra-universitaire(s)
- Ouverture d'esprit/Capacité d'adaptation
- Motivation/Présentation générale

Communication non-verbale

- Choisissez votre tenue vestimentaire
 - Soyez à l'aise, mais pas trop
 - Ne portez pas des vêtements que vous n'avez pas pour habitude de porter
 - Enlevez vos bonnets/casquettes
 - Évitez la couleur rouge
- Faites attention à votre gestuelle et votre posture
 - Tenez le dos droit, légèrement incliné vers l'avant
 - Gardez les mains sur la table – ne les croisez pas, ne les serrez pas ; si vous mettez la main sur le cœur – cela traduit votre sincérité
 - Ne jouez pas avec vos bijoux / boutons de chemise / cheveux
 - Ne touchez pas votre visage
- Ayez un regard dynamique : regardez tous les membres du jury dans les yeux, sans les fixer - alternez le regard entre les deux yeux de la personne à qui vous vous adressez
- Gardez le **sourire**
- Faites attention à votre **débit de parole**, à la fluidité
 - Parlez doucement
 - Évitez les mots « parasites » (en fait, voilà, etc.)
 - Évitez les « euh » et tout autre tic du langage
 - Acceptez les « blancs » - prenez le temps de réfléchir à la question posée
- **Surveillez votre intonation** – évitez à tout prix d'avoir une voix monotone

Communication verbale

➤ Préparer sa présentation

- Posez-vous les questions suivantes :
 - Pourquoi je veux partir à l'étranger ?
 - Qu'est-ce que je souhaite dire au jury précisément ?
 - Quelles sont les informations que je souhaite que le jury retienne ?
- Entraînez-vous, préparez-vous avec des mots-clefs : nom et prénom, faculté/institut, parcours/formation, destinations sélectionnées pour l'année à l'étranger ; compétences et qualités, hobbies, sports ;
- Essayez de vous démarquer des autres (en valorisant votre projet, vos points forts) ;
- Restez honnête (sur les supports transmis et à l'oral) ;
- Préparez votre présentation en français et dans les langues exigées pour votre/vos destinations de préférence

➤ S'informer sur les destinations et les cours

- Vérifiez les exigences imposées par les universités partenaires – rendez-vous sur les **sites web** de ces universités ;
- Informez-vous sur les établissements / pays / habitudes d'études et de vie locales ;
- Renseignez-vous sur le **coût de la vie** sur place !! (cf Net3, Mieux connaître ma destination)

➤ Projet professionnel/d'études

- Sachez **mettre en valeur** vos expériences passées et votre parcours ;
- Soyez prêts à expliquer ce que vous avez appris de chaque expérience professionnelle (stages et jobs), personnelle (centres d'intérêts, sports) et académique
- Faites le lien entre les différentes expériences – quelle est la cohérence entre projet académique et professionnel – quelles pistes avez-vous pour l'avenir, quelles idées.

➤ Motivation

- Mettez en avant les **motivations académiques** et non pas les désirs de voyage ;
- Choisissez les zones et les universités en fonction des **cours proposés** dans les différentes universités (comparez la maquette de Lyon 3 avec les cours proposés aux étudiants en échange au sein des universités partenaires) ;
- Evitez de dire que vous aimez voyager – il s'agit d'un **séjour d'études**. L'attrait pour la langue ou la culture d'un pays en particulier, le fait d'avoir envie d'une expérience à l'international ou de vivre l'expérience humaine Erasmus, ne suffit pas ;
- Argumentez l'intérêt pour vous de passer une année à l'international (au-delà des aspects linguistiques et découverte) – comment allez-vous mettre à profit l'année en échange d'un point de vue universitaire/professionnel au retour ;
- **Restez flexibles** sur les destinations

➤ Niveau de langue

- **Entraînez-vous pour vous améliorer à l'oral** (Maison des langues, Parrainage etc).
- Ne mettez pas en avant l'envie de partir pour « apprendre » la langue – c'est pour l'améliorer