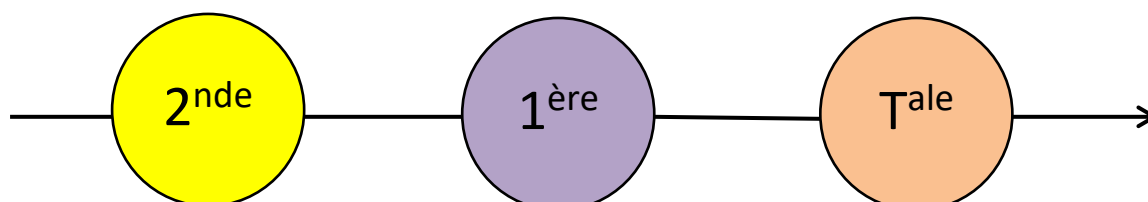


# Parcours Avenir

Livret Personnel d'Orientation

Classe de terminale Cuisine

orientation  
livret  
personnel  
brevet  
réfléchir  
choix  
université  
construire  
lycée  
collège  
métiers  
connaître  
baccalauréat  
s'informer  
professionnel  
emploi  
activités  
filières  
stage  
diplômes  
licence  
information



## • Sommaire du LPO Terminale

1. Calendrier de l'orientation. P4
  
2. Mon calendrier P10
  
3. Projet poursuite d'études. P12
  - a. En Principauté de Monaco.
  - b. En France.
    - *Parcoursup.*
    - *Hors Parcoursup.*
  - c. A l'étranger.
  
4. Quelques formations. P21
  
5. Projet insertion professionnelle. P23
  - a. Les structures extérieures d'aide à l'emploi.
    - *En Principauté de Monaco.*
    - *En France.*
    - *A l'étranger.*
  - b. Les outils de recherche d'emploi.
    - *Le CV.*
    - *La lettre de motivation.*
    - *L'entretien d'embauche.*
  - c. Identifier des entreprises.

## • Sommaire du LPO Terminale

6. [La formation en alternance.](#) [P28](#)
  - a. Insertion professionnelle ET poursuite d'études.
  - b. Les structures extérieures d'aide à l'emploi.
  - c. Les particularités en Principauté de Monaco : le contrat d'apprentissage EXCLUSIVEMENT.
  - d. Les contrats en alternance en France.
  - e. Manifestations liées à la formation en alternance.
  
7. [La vie étudiante.](#) [P30](#)
  - a. Le Dossier Social Etudiant (DSE).
  - b. Financement des études supérieures et logement étudiant de la Principauté de Monaco.
  
8. [Le\(s\) entretien\(s\) d'orientation](#) [p31](#)
  
9. [Projets, synthèse des biographies de professionnels et compétences extra-scolaires.](#) [P33](#)
  - a. Projets menés dans le cadre scolaire.
  - b. Informations retirées des différentes biographies de professionnels effectuées.
  - c. Compétences extra-scolaires.
  
10. [Synthèse générale](#) [p36](#)
  - a. Projet(s) de formation.
  - b. Projet(s) d'insertion professionnelle.
  
11. [Autres activités](#) [p38](#)

## • Le Calendrier de l'année 2023-2024

### ➤ SEPTEMBRE

Pour tous les projets :

- Réflexions à mener sur le(s) projet(s) avec les proches, le professeur principal et l'équipe éducative, les professionnels, le conseiller d'orientation et/ou d'autres interlocuteurs à poursuivre toute l'année.

Pour la poursuite d'études :

- Prendre connaissance des dates des différentes manifestations dans les Alpes-Maritimes et en Principauté de Monaco.

Pour l'orientation à l'étranger :

- Démarches à engager.

### ➤ OCTOBRE

Pour tous les projets :

- S'informer sur les procédures d'orientation scolaire et professionnelle.

Pour la poursuite d'études :

- S'informer sur les formations et les établissements.
- Participer au(x) salon(s) d'orientation et aux journées portes ouvertes.

Pour l'insertion professionnelle :

- S'informer sur les emplois et les entreprises.

### ➤ NOVEMBRE

Pour tous les projets :

- Préparer ses intentions d'orientation à communiquer au professeur principal.

Pour la poursuite d'études :

- Participer au(x) salon(s) d'orientation et aux journées portes ouvertes.

Pour l'insertion professionnelle :

- Préparer les techniques de recherche d'emploi (CV et lettre de motivation).

## • Le Calendrier de l'année 2023-2024

### ➤ DECEMBRE

Pour la poursuite d'études :

- Prendre connaissance des dates des journées portes ouvertes des établissements.
- Participer au(x) salon(s) d'orientation et aux journées portes ouvertes.
- Finaliser les choix de poursuites d'études à formuler en janvier 2024.

### ➤ JANVIER

Pour tous les projets :

- Communiquer ses intentions d'orientation au professeur principal.
- Séance d'informations sur l'orientation à l'attention des parents d'élèves par le conseiller d'orientation à l'auditorium du lycée Rainier III.
- Inscription administrative sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) au lycée Rainier III jusqu'en début février.

Pour la poursuite d'études :

- Emettre des vœux sur [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) jusqu'en mars.
- Formuler les demandes pour les formations ne participant pas à la procédure Parcoursup.
- Participer au(x) salon(s) d'orientation et aux journées portes ouvertes.

Pour l'insertion professionnelle :

- Commencer à solliciter son réseau pour trouver des solutions d'emploi : entreprises, associations, fonction(s) publique(s)...

Pour le financement des études supérieures :

- Valider son inscription pour la demande du Dossier Social Etudiant (bourses et logement du gouvernement français) sur le site [www.messervices.etudiant.gouv.fr](http://www.messervices.etudiant.gouv.fr) si vous êtes éligible.
- Compléter le dossier de demande de bourse d'études de la Direction de l'Education Nationale, de la Jeunesse et des Sports de la Principauté de Monaco si vous êtes éligible.

## • Le Calendrier de l'année 2023-2024

### ➤ FEVRIER

Pour la poursuite d'études :

- Postuler en BTS dans les lycées de la Principauté de Monaco (BTS Management en hôtellerie-restauration et BTS Comptabilité et gestion au lycée Rainier III/BTS Support à l'action managériale au lycée Albert 1er) par internet (téléservices disponibles sur le site internet des établissements).
- Compléter les dossiers liés aux vœux sur [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) (projets de formation motivés, bulletins scolaires à saisir sur le site, activités/centres d'intérêt, « préférence et autres projets », autres documents).
- Confirmer les vœux émis sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).
- Participer au(x) salon(s) d'orientation et aux journées portes ouvertes.

Pour l'insertion professionnelle :

- Participer aux journées de recrutement des entreprises de la Principauté.
- Prendre contact avec la cellule emploi-jeunes du service de l'emploi de la Principauté de Monaco si vous êtes éligible.
- Prendre contact avec la commission d'insertion des diplômés si vous êtes éligible.
- Prendre contact avec les missions locales et les pôles emploi en France si vous êtes éligible.

### ➤ MARS

Pour tous les projets :

- Participer au forum de l'emploi, MONACO (à confirmer).
- Participer au forum des séjours linguistiques, Auditorium Rainier III, MONACO (date à venir).
- Participer au salon de l'alternance, Acropolis, NICE (date à venir).

## • Le Calendrier de l'année 2023-2024

### ➤ MARS (suite)

Pour la poursuite d'études :

- Participer au(x) salon(s) d'orientation et aux journées portes ouvertes.
- Dernier délai pour finaliser les dossiers et confirmer les vœux sur [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).
- Finaliser les dossiers pour les demandes en BTS dans les lycées de la Principauté de Monaco (BTS Management en hôtellerie-restauration et BTS Comptabilité et gestion au lycée Rainier III/BTS Support à l'action managériale au lycée Albert 1er) par internet (téléservices disponibles sur le site internet des établissements).

Pour l'insertion professionnelle :

- Etablir une liste d'entreprises privilégiées et une liste d'entreprises autres : personnaliser et envoyer les CV et lettres de motivation pour la première liste et envoyer les CV et lettres de motivation pour la deuxième liste.

Pour le financement des études supérieures :

- Participer au zoom sur le financement des études supérieures et le logement étudiant, CIEN, MONACO (Fontvieille) (date à venir).

### ➤ AVRIL

Pour tous les projets :

- Prévoir tous les cas de figure en fonction des réponses aux demandes de formation et d'emploi.

Pour la poursuite d'études :

- Se préparer à d'éventuels oraux d'admission pour les demandes de formation ([www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) ou hors Parcoursup).
- Se préparer à la phase d'admission de [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).

Pour l'insertion professionnelle :

- Rester vigilant sur les offres d'emploi qui pourraient être proposées.
- Se préparer à d'éventuels entretiens d'embauche qui pourraient être proposés suite aux demandes d'emploi effectuées.

## • Le Calendrier de l'année 2023-2024

### ➤ MAI

Pour tous les projets :

- Communiquer ses intentions d'orientation définitives au professeur principal.

Pour la poursuite d'études :

- Établir le classement personnel de ses vœux sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).

Pour l'insertion professionnelle :

- Rester vigilant sur les offres d'emploi qui pourraient être proposées.
- Se préparer à d'éventuels entretiens d'embauche qui pourraient être proposés suite aux demandes d'emploi effectuées.

### ➤ JUIN

Pour la poursuite d'études :

- Répondre aux propositions des établissements d'enseignement supérieur sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).
- Rester vigilant sur les propositions qui pourraient survenir après la date d'ouverture de la phase d'admission du site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr), notamment si la réponse au vœu préféré est « en attente ».
- Participer à la phase complémentaire du site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) si toutes les réponses sont négatives ou « en attente ».
- Saisir la Commission d'Accès à l'Enseignement Supérieur sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) si participation à la phase complémentaire du site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) ET si toutes les réponses aux vœux sont encore « en attente » ou si toutes les réponses aux vœux sont « refusées ».

Pour l'insertion professionnelle :

- Rester vigilant sur les offres d'emploi qui pourraient être proposées.
- Se préparer à d'éventuels entretiens d'embauche qui pourraient être proposés suite aux demandes d'emploi effectuées.



## • Le Calendrier de l'année 2023-2024

### ➤ JUILLET

Pour la poursuite d'études :

- Rester vigilant sur les propositions qui pourraient survenir après la date d'ouverture de la phase d'admission du site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr), notamment si la réponse au vœu préféré est « en attente ».
- Solliciter les établissements demandés en France si obtention de la mention Bien ou Très Bien au baccalauréat et si les réponses sont toutes négatives (pour un BTS en accord avec le baccalauréat obtenu).

Pour l'insertion professionnelle :

- Rester vigilant sur les offres d'emploi qui pourraient être proposées.

Se préparer à d'éventuels entretiens d'embauche qui pourraient être proposés suite aux demandes d'emploi effectuées.

- **Mon calendrier**

J'utilise le calendrier présenté en début de document pour établir mon calendrier personnel en fonction de mes projets.

Septembre

---

Octobre

---

Novembre

---

Décembre

---

Janvier

---

- **Mon calendrier**

Février

---

Mars

---

Avril

---

Mai

---

Juin

---

Juillet

---

Août/Septembre

---

## • Projet poursuite d'études

### ➤ a. En Principauté de Monaco (hors du site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) sauf pour l'IFSI du CHPG).

- La formation de BTS Management en hôtellerie-restauration au Lycée Rainier III est une poursuite d'études adaptée pour la filière CUI. Pour postuler à cette formation, il faut utiliser le téléservice dédié : <https://teleservice.gouv.mc/candidature-bts-mhr/>
- La formation de BTS Comptabilité et gestion du Lycée Rainier III n'est accessible qu'avec un excellent dossier scolaire et un projet professionnel compatible. Pour postuler à cette formation, il faut utiliser le téléservice dédié (lien à venir).

#### **Lycée Rainier III :**

BTS Management en hôtellerie-restauration (1<sup>ère</sup> année commune puis options A, B ou C en 2<sup>ème</sup> année)

[BTS Comptabilité et gestion](#)

- La formation de BTS Support à l'action managériale du Lycée Albert 1er n'est accessible qu'avec un excellent dossier scolaire et un projet professionnel compatible. Pour postuler à cette formation, il faut utiliser le téléservice dédié : <https://teleservice.gouv.mc/inscription-bts-dcg/>

#### **Lycée Albert 1er :**

[BTS Support à l'action managériale](#)

- D'autres établissements d'enseignement supérieur qui proposent des formations spécifiques sont présents en Principauté de Monaco.

[Institut de Formation en Soins Infirmiers \(demande à formuler sur \[www.parcoursup.fr\]\(http://www.parcoursup.fr\)\)](#)

Diplôme d'Etat d'Infirmier

[Ecole Supérieure d'Arts Plastiques – Pavillon Bosio](#)

Diplôme National d'Arts Plastiques option Arts et scénographie

[International University of Monaco](#)

Bachelor in Business Administration/Bachelor in Communication-Entertainment

## • **Projet poursuite d'études**

### ➤ **b. En France et à Monaco seulement pour l'IFSI du CHPG.**

- ✓ Le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).

La plupart des établissements qui proposent des formations de l'enseignement supérieur (BTS, BUT, Licences, écoles spécialisées...) participent à la procédure nationale Parcoursup.

Vous pouvez vous déjà vous référer au site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) pour vous informer sur les éléments généraux liés à la procédure : caractéristiques des formations, calendrier, procédure d'inscription et présentations vidéos de la session passée. Quelques ajustements seront effectués cette année qui ne changeront pas les grandes lignes de la procédure.

L'inscription sur le site sera proposée à tous les élèves lors d'une séance en classe au lycée dès le début de l'ouverture de la plate-forme [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) en janvier-février : ensuite, à vous de formuler des vœux d'orientation ou pas et de ne pas oublier de les confirmer avant mars.

La confirmation des vœux ne sera possible que si vous avez effectué certaines actions sur [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) :

- Rédiger le projet de formation motivé (lettre de motivation) pour chaque vœu (1 lettre pour 1 vœu).
- Saisir vos bulletins scolaires (notes et appréciations) pour tous les vœux (saisie des bulletins 1 seule fois pour tous les vœux).
- Renseigner l'onglet « Préférence et autres projets ».
- Eventuellement communiquer d'autres documents en fonction des établissements.

## • **Projet poursuite d'études**

### ➤ **b. En France et à Monaco seulement pour l'IFSI du CHPG.**

- ✓ Le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) (suite).

La saisie d'informations au sein de la rubrique « Mes activités et centres d'intérêt » sous l'onglet « Profil » est facultative mais il est fortement conseillé de la renseigner.

Le projet de formation motivé et la rubrique « Mes activités et centres d'intérêt » sont des éléments importants de votre dossier qui viennent s'ajouter à vos bulletins. Ne négligez pas leur préparation !

#### ▪ **Rédiger le projet de formation motivé (février)**

Vous devrez rédiger un texte (1500 caractères maxi) sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) qui sera adressé aux responsables de la formation demandée et qui devra les convaincre que votre candidature mérite d'être retenue.

Voici 1 document qui peut vous aider à rédiger. N'oubliez pas de solliciter le personnel du lycée Rainier III, notamment le professeur principal et le conseiller d'orientation.

- [Fiche info Parcoursup](#)

## ● Projet poursuite d'études

### ➤ b. En France et à Monaco seulement pour l'IFSI du CHPG.

✓ Le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) (suite).

#### ▪ Saisir les bulletins scolaires (février).

Vous devrez saisir vos bulletins scolaires de 1<sup>ère</sup> et de terminale, notes et appréciations sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr). Conservez-les à votre disposition afin de pouvoir renseigner l'espace « bulletins scolaires ».

La discipline « Enseignement technologique et professionnel » regroupe tous les enseignements professionnels que vous avez suivis : il faudra donc faire la moyenne de ces disciplines et noter les différentes appréciations des enseignants dans le cadre « APPRECIATION » prévu à cet effet.

Copie d'écran des bulletins scolaires à saisir sur [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).

2019/2020 : TERMINALE PROFESSIONNELLE (SECTION EUROPÉENNE OU LANGUE ORIENTALE) : 2ÈME SEMESTRE					
Je rencontre des problèmes lors de la saisie des notes					
MATIÈRE	MOYENNE	MOYENNE CLASSE	MOYENNE HAUTE	MOYENNE BASSE	APPRECIATION
Arts Appliqués-Culture Artistique	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Discipline Non Linguistique (DNL)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Economie - Droit	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Education Physique et Sportive	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Enseignement technologique et professionnel	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Enseignements généraux liés à la spécialité	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Français	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Histoire/Géographie	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Langue vivante A : Anglais	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Langue vivante B : Italien	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Mathématiques	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Prévention-Santé-Environnement	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
Appréciation du conseil de classe:	<input type="text"/>				

## • **Projet poursuite d'études**

### ➤ **b. En France et à Monaco seulement pour l'IFSI du CHPG.**

✓ Le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) (suite).

#### ▪ **Renseigner l'onglet « Préférence et autres projets » (février).**

La rubrique « Préférence et autres projets » est composée de deux parties qui devront obligatoirement être remplies pour finaliser votre dossier candidat. Les informations qui y sont renseignées sont confidentielles et ne sont donc pas transmises aux formations. Elles ne serviront donc pas lors de l'examen de vos vœux. Elles permettent en revanche un meilleur accompagnement et suivi de votre dossier par l'équipe Parcoursup et les services académiques.

**Préférence** : dans cette première partie à renseigner, vous devez exprimer en quelques phrases votre ou vos préférences entre les vœux formulés ou exprimer un domaine que vous privilégiez. Ces informations seront utiles pour les commissions académiques d'accès à l'enseignement supérieur (CAES), chargées de faire des propositions à des candidats n'ayant pas reçu de proposition d'admission – et uniquement pour elles (les formations n'ont pas connaissance de la « préférence » des candidats).

**Autres projets** : dans cette seconde partie, intitulée « Autres projets », vous devez indiquer si vous avez déjà candidaté ou envisagé de candidater à des formations hors Parcoursup. Vous devez également préciser si vous avez des projets professionnels ou personnels, en dehors de la plateforme (entrée sur le marché du travail, année à l'étranger...).



## • Projet poursuite d'études

### ➤ b. En France et à Monaco seulement pour l'IFSI du CHPG.

✓ Le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) (suite).

- Renseigner la rubrique « Mes activités et centres d'intérêt » sous l'onglet « Profil » (facultatif) (février).

Afin de mettre en valeur votre candidature, vous pouvez renseigner les 4 parties de cette rubrique si vous pouvez justifier d'expériences dans ces domaines : encadrement/animation, engagement citoyen, expériences professionnelles (important pour les élèves du lycée technique) et pratiques sportives et culturelles.

Copie d'écran de l'onglet « Mes activités et centres d'intérêt » sur [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr)

PROFIL SCOLARITE VOEUX

Identité Etat Civil Coordonnées Mot de passe Adresse e-mail Représentants légaux Bourses Activités / Centres d'intérêt Handicap / Besoins spécifiques Sportif / Artiste

Dans cette rubrique, vous pouvez faire part aux formations de vos activités et centres d'intérêt afin qu'elles puissent les prendre en compte lors de l'examen des vœux. La saisie de ces informations est facultative.

Vous pouvez pour chaque rubrique faire état de diplômes, d'attestations, de certification. A la demande des formations, vous devrez pouvoir en justifier l'obtention, ultérieurement, en particulier au moment de l'inscription administrative dans la formation choisie

Nous vous conseillons de rédiger vos éléments dans un premier temps dans un document que vous pourrez ensuite copier/coller dans les zones ci-dessous.

Décrivez ici vos expériences d'encadrement ou d'animation (1500 caractères max.)

0 caractères

Décrivez ici votre engagement citoyen (via un contrat de service civique ou au titre de la vie lycéenne) ou bénévole dans une association ou un autre cadre (1500 caractères max.)

0 caractères

Décrivez ici vos expériences professionnelles ou les stages que vous avez effectués (1500 caractères max.)

0 caractères

Décrivez ici vos pratiques sportives et culturelles. Il peut également s'agir de la pratique d'une langue étrangère non étudiée au lycée, de séjours à l'étranger (1500 caractères max.)

0 caractères

Saisir

## • Projet poursuite d'études

### ➤ b. En France et à Monaco seulement pour l'IFSI du CHPG.

- ✓ Le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) (suite).

Formuler (février) et confirmer (février-mars) ses vœux sur [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).

Vous pouvez formuler jusqu'à 10 vœux et 20 sous-vœux. Une fois formulé, un vœu doit **OBLIGATOIREMENT ETRE CONFIRME** sous peine de ne pas être pris en compte.

Certaines formations sont regroupées en vœu multiple, comme les filières de BTS et de BUT, mais pas seulement. Ainsi, une demande en BTS Management en hôtellerie-restauration dans un lycée à Nice et une demande de BTS Management en hôtellerie-restauration dans un lycée à Marseille seront considérées comme 1 seul vœu et 2 sous-vœux.

Il sera utile de discuter de votre stratégie de vœux avec le professeur principal, vos proches, le conseiller d'orientation et toutes les personnes qui peuvent vous accompagner sur ces sujets suffisamment tôt dans l'année pour ne pas décider dans l'urgence.

## • Projet poursuite d'études

### ➤ b. En France et à Monaco seulement pour l'IFSI du CHPG.

- ✓ Le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) (suite).

### Réception et réponse aux propositions des établissements (juin).

Si vous ne devez pas ordonner vos vœux par ordre de préférence puisque la procédure ne vous le demande pas, il sera indispensable d'établir le classement personnel de vos vœux pour vous préparer à la phase d'admission début juin.

En fonction des propositions des établissements, vous pourrez répondre de différente manière.

- ✓ Formations en France hors du site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr).

Pour pouvoir postuler aux formations de ces établissements, il faut s'informer sur le type de recrutement et sur les dates limites liées aux demandes : le plus efficace est de s'adresser directement à l'établissement en question et de se rendre sur le site internet dans la rubrique « Admissions ».

*Certains établissements ne participent pas à la procédure [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr) : les informations liées aux établissements en Principauté de Monaco sont à consulter à la page 12 et les informations liées aux établissements hors France et hors Monaco sont à consulter à la page suivante.*

## • **Projet poursuite d'études**

### ➤ **c. A l'étranger.**

Un projet d'études à l'étranger ne s'improvise pas, c'est pourquoi des informations à ce sujet ont été communiquées dans le LPO 1ère (page 9) dès l'an dernier.

Les démarches sont à engager dès le mois de septembre pour :

- Faire un choix de pays.
- Identifier les établissements et formations.
- Comprendre comment intégrer l'établissement.
- Prendre en compte le coût financier et les démarches administratives nécessaires à ce type de projet (visa, logement, assurance santé, etc...).

Le niveau de langue et l'adéquation entre la formation suivie au lycée technique et la formation visée sont des éléments primordiaux dans la réussite du projet.

[Informations sur le Royaume-Uni](#)

[Informations sur les Etats-Unis](#)

[Informations sur les pays d'Europe](#)

## • Quelques formations

- Vous pouvez vous reporter au **LPO 1<sup>ère</sup> (pages 3 à 6)** pour plus d'informations sur les différentes formations.

## APRES LE BACCALAUREAT PRO

Brevet de Technicien Supérieur (BTS)	Bachelor Universitaire de Technologie (BUT)
<p><b>Formation la plus adaptée à la poursuite d'études après un baccalauréat professionnel</b></p> <p><b>Accès sélectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BTS Management en hôtellerie-restauration (*)</li> <li>• BTS Management commercial opérationnel</li> <li>• BTS Négociation et digitalisation de la relation client</li> <li>• BTS Gestion de la PME</li> <li>• BTS Tourisme</li> <li>• BTS Support à l'action managériale</li> <li>• BTS Conseil et commercialisation de solutions techniques</li> </ul> <p>Autres BTS éventuels...</p>	<p><b>Formation très peu adaptée à la poursuite d'études après un baccalauréat professionnel</b></p> <p><b>Accès très sélectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BUT Techniques de commercialisation</li> <li>• BUT Gestion administrative et commerciale</li> <li>• BUT Carrières sociales</li> <li>• BUT Information-communication</li> <li>• BUT Métiers du multimédia et de l'internet</li> </ul> <p>Autres BUT éventuels...</p>

(\*) BTS très adapté au baccalauréat professionnel Cuisine

- Quelques formations

## PROFESSIONNEL CUISINE

Licence	Ecole spécialisée
<p><b>Formation très peu adaptée à la poursuite d'études après un baccalauréat professionnel</b></p> <p><b>Accès non-sélectif si suffisamment de places et pouvant être soumis à l'acceptation d'un parcours personnalisé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Licence Droit</li> <li>• Licence Lettres</li> <li>• Licence Sciences humaines</li> </ul> <p>Autres licences éventuelles...</p>	<p><b>Formation pouvant être adaptée, en fonction du secteur professionnel, à la poursuite d'études après un baccalauréat professionnel</b></p> <p><b>Accès sélectif</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mentions complémentaires : <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Art de la cuisine allégée</li> <li>✓ Cuisinier en desserts de restaurant</li> <li>✓ Employé traiteur</li> <li>✓ Organisateur de réceptions</li> </ul> </li> <li>• Ecoles hôtelières</li> <li>• Ecoles de commerce</li> <li>• Ecoles d'arts</li> <li>• Ecoles d'informatique</li> <li>• Ecoles des métiers paramédicaux</li> <li>• Ecoles des métiers sociaux</li> <li>• Ecoles des métiers de l'animation et du sport</li> </ul> <p>Autres écoles éventuelles...</p>

## • Projet insertion professionnelle

Des informations sur le sujet de l'insertion professionnelle sont disponibles dans le LPO 2<sup>nde</sup>. N'oubliez pas de les consulter.

### ➤ a. Les structures extérieures d'aide à l'emploi.

#### ▪ En Principauté de Monaco :

La [cellule emploi-jeunes](#) et la [commission d'insertion des diplômés](#) vous accompagnent vers votre recherche d'un premier emploi : entreprises à démarcher, aide pour les techniques de recherche d'emploi, préparation aux entretiens... Vous pouvez contacter le responsable de la cellule emploi-jeunes, et le responsable de la commission d'insertion des diplômés, afin de convenir d'un rendez-vous pour bénéficier de cet accompagnement.

Attention, il faut bien s'informer sur les liens ci-dessus pour identifier si vous pouvez bénéficier de ces structures (voir LPO 2<sup>nde</sup> également).

#### ▪ En France :

Le réseau des missions locales vous accompagne vers votre recherche d'emploi en France. Ce réseau est spécialisé dans l'insertion professionnelle des jeunes de 16 à 25 ans. Au niveau des Alpes-Maritimes, voici les deux structures les plus proches de Monaco : la [mission locale est-o6](#) qui concerne l'est du département (Menton, Cap d'Ail, Beausoleil, Roquebrune Cap-Martin, Sospel, etc...) et la [mission locale communautaire de Nice Côte d'Azur](#) qui concerne Nice et ses environs (Nice, Cagnes sur Mer, Carros, Saint-André, La Trinité, Vence, etc...).

#### ▪ A l'étranger :

Vous pouvez vous informer de manière générale sur ce type de projet d'insertion professionnelle par le biais de [ce site](#) et [ici](#) (Europe).

Vous pouvez également vous informer sur le site internet des ambassades de France et de Monaco d'autres pays visés (Etats-Unis, Canada, Australie...).



## • **Projet insertion professionnelle**

### ➤ **b. Les outils de recherche d'emploi.**

Le CV et la lettre de motivation sont deux documents qui doivent vous permettre de **rencontrer en entretien** un responsable de l'entreprise dans laquelle vous voulez travailler.

#### ▪ Le CV :

Le CV est un document qui va permettre aux personnes qui recrutent de comprendre ce que vous avez appris et ce que vous savez faire. En plus du lien proposé ci-dessus, voir un exemple de CV en page 25.

#### ▪ La lettre de motivation :

La lettre de motivation est un document qui va permettre aux personnes qui recrutent de comprendre qui vous êtes, vos qualités personnelles, vos expériences, et d'identifier pourquoi vous postulez pour l'emploi visé. Vous pouvez la construire suivant un plan particulier qui vous est présenté en exemple en page 26.

#### ▪ L'entretien d'embauche :

Il est fondamental de bien se préparer à l'entretien qui va être le moment décisif pour décrocher l'emploi que vous visez. Connaître l'entreprise et le poste pour lequel vous candidatez est primordial. Il peut être utile d'effectuer des simulations d'entretien au préalable, de préférence avec des personnes connaissant les procédures de recrutement. Le lien ci-dessus peut vous aider à vous préparer.

#### ▪ Les outils numériques :

Rechercher et postuler pour un emploi par internet est indispensable pour augmenter ses chances de réussite : réseaux professionnels, réseaux sociaux, création de page personnelle sont autant d'outils modernes pour candidater et s'informer sur les possibilités offertes (**voir LPO 2<sup>nd</sup>e pages 8 et 9**).



## ● Projet insertion professionnelle

### ▪ Exemple de CV :

Prénom NOM

Adresse

Code postal et Ville

Tél :

Mél : [adresse professionnelle](#)

Age, permis éventuels

#### EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

Année  
(durée)                      **FONCTION OU EMPLOI**  
*Structure ou entreprise, Ville*  
- Compétence 1.  
- Compétence 2.  
- Compétence 3.

Année  
(durée)                      **FONCTION OU EMPLOI**  
*Structure ou entreprise, Ville*  
- Compétence 1.  
- Compétence 2.  
- Compétence 3.

Année  
(durée)                      **FONCTION OU EMPLOI**  
*Structure ou entreprise, Ville*  
- Compétence 1.  
- Compétence 2.  
- Compétence 3.

#### FORMATION SCOLAIRE

Année                      **Baccalauréat Spécialité du baccalauréat**  
Année                      **Attestation de réussite intermédiaire (fin de 1<sup>ère</sup>)**  
*Lycée Technique et Hôtelier de Monaco, Monaco*

Année                      **Diplôme National du Brevet (si obtenu)**  
*Etablissement*

#### COMPETENCES

Linguistiques              Niveau de langues  
Informatiques              Niveau informatique  
Extra-scolaires              Autres compétences développées personnellement

#### CENTRES D'INTERET

Loisirs, implication dans la société civile, pratique sportive ou artistique, etc...

## • Projet insertion professionnelle

### ▪ Exemple de plan de lettre de motivation :

Prénom NOM  
Adresse  
Code postal et Ville  
Tél :  
Mél : [adresse professionnelle](#)

A

Madame/Monsieur « Nom de la  
personne » et/ou « fonction »  
Adresse de l'entreprise  
Code Postal Ville

Objet : (réponse à l'offre d'emploi n°. ....) ou (demande d'emploi pour un poste de....)  
ou (candidature spontanée pour un poste de....).

Madame/Monsieur « Fonction de la personne »,

Partie 1 : valorisez le secteur professionnel, l'entreprise et l'emploi visés. Mettre en relation avec son projet professionnel.

Partie 2 : valorisez vos qualités personnelles et vos expériences. Mettre en relation avec les attendus du poste visé.

Partie 3 : faire la synthèse de la partie 1 et de la partie 2. Comme l'entreprise est efficace et intéressante pour vous et que vous êtes efficace et intéressant pour l'entreprise, vous êtes faits pour collaborer.

Partie 4 : proposition d'entretien et formule de politesse.

Prénom NOM

## • Projet insertion professionnelle

### ➤ c. Identifier des entreprises.

- En Principauté de Monaco :
  - [Liste des entreprises de Monaco par secteur.](#)
  - [Autre liste des entreprises de Monaco par secteur.](#)
  - Le forum de l'emploi sera éventuellement proposé courant 2024, vous serez informé de sa tenue. Cela peut vous permettre de rencontrer des responsables d'entreprise qui recrutent en alternance mais aussi pour des emplois traditionnels.
  
- En France :
  - [Liste des entreprises avec l'outil de recherche des Pages Jaunes.](#)
  - [Liste des entreprises dans les Alpes-Maritimes par secteur.](#)

## • La formation en alternance

### ➤ a. Insertion professionnelle ET poursuite d'études.

Envisager de suivre une formation par la voie de l'alternance, c'est-à-dire **travailler** et **poursuivre des études** dans l'objectif de se diplômer, est un projet qui va nécessiter de regrouper les projets d'insertion professionnelle et de poursuite d'études : en effet, **trouver un emploi** et **être accepté dans un établissement de formation** sont les deux conditions pour réaliser ce projet.

Vous pourrez donc utiliser les différentes aides présentées pour ces deux types de projet dans le LPO terminale (pages 12 à 27).

### ➤ b. Les structures extérieures d'aide à l'emploi.

#### ▪ En Principauté de Monaco :

La [cellule emploi-jeunes](#) vous accompagne vers votre recherche d'un contrat d'apprentissage : entreprises à démarcher, aide pour les techniques de recherche d'emploi, préparation aux entretiens... Vous pouvez contacter le responsable de la cellule emploi-jeunes afin de convenir d'un rendez-vous pour bénéficier de cet accompagnement.

Attention, il faut bien s'informer sur le lien ci-dessus pour identifier si vous pouvez bénéficier de cette structure.

#### ▪ En France :

Le réseau des missions locales vous accompagne vers votre recherche de contrat en alternance (apprentissage ou professionnalisation). Au niveau des Alpes-Maritimes, voici les deux structures les plus proches de Monaco : la [mission locale est-o6](#) qui concerne l'est du département (Menton, Cap d'Ail, Beausoleil, Roquebrune Cap-Martin, Sospel, etc...) et la [mission locale communautaire de Nice Côte d'Azur](#) qui concerne Nice et ses environs (Nice, Cagnes sur Mer, Carros, Saint-André, La Trinité, Vence, etc...).

## • La formation en alternance

### ➤ c. Les particularités en Principauté de Monaco : le contrat d'apprentissage EXCLUSIVEMENT.

En Principauté de Monaco, [seul le contrat d'apprentissage](#) est valable avec quelques différences au niveau de la rémunération notamment par rapport à la France.

Toutes les informations sur le contrat d'apprentissage en Principauté sont disponibles en cliquant sur le lien ci-dessus.

### ➤ d. Les contrats en alternance en France.

En France, la formation en alternance peut être suivie par la voie d'un contrat d'apprentissage ou par la voie d'un contrat de professionnalisation.

#### ▪ [Le contrat d'apprentissage](#) :

Toutes les informations concernant le contrat d'apprentissage en France sont disponibles en cliquant sur le lien ci-dessus.

#### ▪ [Le contrat de professionnalisation](#) :

Toutes les informations concernant le contrat de professionnalisation en France exclusivement sont disponibles en cliquant sur le lien ci-dessus.

### ➤ e. Manifestations liées à la formation en alternance.

#### ▪ [A Monaco](#) : le forum de l'emploi (à confirmer).

#### ▪ [En France](#) : le salon de l'alternance en mars (date à venir) à l'Acropolis à Nice.

## • La vie étudiante

### ➤ a. Le Dossier Social Etudiant (DSE).

Si vous envisagez une poursuite d'études, vous pouvez formuler une demande de bourse d'études sur critères sociaux et/ou une demande de logement universitaire.

Lorsque vous vous inscrirez sur le site [www.parcoursup.fr](http://www.parcoursup.fr), un courriel automatique vous sera envoyé par le site [www.messervices.etudiant.gouv.fr](http://www.messervices.etudiant.gouv.fr) qui vous permettra de créer votre Dossier Social Etudiant et de faire ces demandes. Les informations liées au Dossier Social Etudiant sont disponibles [ici](#) et [ici](#).

✳ *Les élèves de nationalité monégasque ne sont pas concernés par cette procédure.*

### ➤ b. Financement des études supérieures et logement étudiant de la Principauté de Monaco.

Si vous êtes éligible, vous pourrez formuler une demande de bourse d'études du gouvernement et une demande d'aide au logement étudiant auprès de la Direction de l'Education Nationale, de la Jeunesse et des Sports (DENJS) de la Principauté de Monaco par le biais du téléservice dédié.

Les informations liées à ces demandes sont disponibles [ici](#).

- A noter : au mois de mars (date à venir) au Centre d'Information de l'Education Nationale (CIEN) à Fontvieille la présence des responsables du pôle Vie étudiante de la DENJS qui pourront répondre à vos questions précises sur tous ces sujets.

- **Le(s) entretien(s) d'orientation**

- Durant votre scolarité au LR3, des entretiens liés à vos projets d'orientation scolaire et professionnelle auront lieu. Les interlocuteurs privilégiés au sein du Lycée sont le professeur principal et le conseiller d'orientation. Il est nécessaire de bénéficier d'un ou plusieurs entretiens d'orientation durant votre année de Terminale, vous pouvez synthétiser les informations sur cette page.

- **Nombre d'entretien(s) et interlocuteur(s)**

.....  
.....

- **Projet de formation**

.....  
.....  
.....  
.....

- **Projet professionnel**

.....  
.....  
.....  
.....

- **Choix du module Terminale : insertion professionnelle ou poursuite d'études**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- **Le(s) entretien(s) d'orientation**

- **Résultats scolaires**

.....  
.....  
.....  
.....

- **Travail et conduite**

.....  
.....  
.....  
.....

- **Centres d'intérêt**

.....  
.....  
.....  
.....

- **Démarches effectuées**

.....  
.....  
.....  
.....

- **Démarches à effectuer**

.....  
.....  
.....  
.....



## • Projets individuels et/ou collectifs au LR3

- Vous avez très certainement participé et/ou mené certains projets dans le cadre de votre formation au lycée Rainier III.  
Il serait utile de les répertorier pour que vous puissiez mettre en valeur ces expériences pour votre poursuite d'études et/ou votre insertion professionnelle.

<u>Projet</u>	<u>Objectif du projet</u>	<u>Compétences développées</u>
Projet n°1		
Projet n°2		
Projet n°3		
Projet n°4		

## • Synthèse des biographies

- Vous avez pu interroger pendant vos stages des professionnels qui vous ont décrit leurs parcours de formation et professionnel.  
Vous pouvez répertorier ces différents témoignages qui pourront vous aider pour votre poursuite d'études et/ou votre insertion professionnelle.

<u>Professionnel</u>	<u>Entreprises</u>	<u>Informations</u>
Professionnel n°1		
Professionnel n°2		
Professionnel n°3		
Professionnel n°4		

## • Compétences extra-scolaires

- Vous avez forcément développé des compétences hors de votre formation au LR3 pendant ces trois années.  
Vous pouvez les lister car ces compétences vous seront utiles pour votre poursuite d'études et/ou votre insertion professionnelle.

<u>Compétence</u>	<u>Dans quel cadre</u>	<u>Précisions</u>
Compétence n°1		
Compétence n°2		
Compétence n°3		
Compétence n°4		

## • Synthèse générale

### a. Projet(s) de formation.

- Objectif professionnel

Secteur(s) professionnel(s)/Métier(s) envisagé(s)

- Formations envisagées.

BTS/BUT/Licence/Formation spécialisée

- Etablissements envisagés.

Lycée public/privé sous contrat/privé hors contrat/IUT/Université/Ecole spécialisée

- Procédures à suivre.

Parcoursup/Hors-Parcoursup

- **Synthèse générale**

- b. Projet(s) d'insertion professionnelle.**

- Objectif professionnel

Secteur(s) professionnel(s)/Métier(s) envisagé(s)

- Emploi(s) envisagé(s).

- Entreprises/associations/services publics envisagés.

- Procédures à suivre.

Monaco/France/Etranger

