



Mettre à jour son CV au fur et à mesure que l'on acquiert de l'expérience

Boîte à outils pour l'emploi des jeunes nouveaux arrivants

- Module 1 Atelier 2 -

Faisons connaissance !

Chacun a 30 secondes pour nous dire :

- Votre nom
- Dans quelle classe vous êtes
- Votre matière préférée

Et répondre ensuite à l'une des questions suivantes :

1. Quelle est votre saison préférée ?
2. Préférez-vous des activités d'intérieur ou d'extérieur ?
3. Quelle est votre activité préférée pendant votre temps libre ?



Objectifs de cet atelier

Aujourd'hui, nous parlons de mettre à jour son CV au fur et à mesure que l'on avance dans ses études et sa carrière. L'objectif de ce webinaire est de vous fournir des conseils et des astuces sur la manière de maintenir votre CV à jour et de montrer que vous êtes une véritable superstar !

Les sujets abordés :

- Conseils et bonnes pratiques pour mettre à jour les informations du CV
- Adapter son CV à des postes spécifiques - Adapter son CV signifie faire correspondre ses compétences et son expérience aux exigences d'un emploi
- Autres éléments de votre profil de candidat à mettre à jour tout au long de votre carrière

Votre profil de candidat comprend :

- ✓ Votre lettre de motivation
- ✓ Vos références
- ✓ Vos réseaux sociaux
- ✓ Votre expérience
- ✓ Votre éducation
- ✓ Autre

Mettre à jour son CV



Quand faut-il mettre à jour son CV ?

Vous pouvez envisager de mettre à jour votre CV quand vous :

- Apprenez une nouvelle compétence
- Postulez à un emploi spécifique
- Obtenez un diplôme, un grade ou un certificat
- Obtenez une certification ou un titre professionnel
- Suivez une nouvelle formation
- Acquérez une nouvelle expérience (ou plus d'expérience)
- Changez vos coordonnées
- Déménagez à une nouvelle adresse



Mettre à jour l'expérience professionnelle & bénévole

Conseils pour mettre à jour votre expérience

Lorsque vous avez acquis une nouvelle expérience professionnelle ou bénévole dans un nouvel emploi qui ne figure pas encore sur votre CV :

- Ajoutez-la en haut de votre CV pour que l'expérience la plus récente soit vue en premier
- Utilisez le même format que les autres emplois de votre CV
- Si vous acquérez une nouvelle expérience dans votre emploi actuel, ajoutez-la à la liste des responsabilités/compétences
- Si la liste des responsabilités/compétences de votre CV est de 7 points ou plus, envisagez de la condenser
- Au fur et à mesure que vous acquérez de l'expérience professionnelle et bénévole ou un diplôme d'études supérieures, commencez à supprimer certains emplois de votre CV. Cela lui permettra d'être suffisamment court pour les employeurs
- Il est également important de faire en sorte que vos expériences soient en rapport avec vos objectifs professionnels



Mettre à jour l'expérience professionnelle & bénévole

Exemple : Vous postulez à un emploi dans le domaine de la sécurité et votre CV est trop long. Parmi les éléments suivants, lesquels pourriez-vous supprimer pour votre candidature ?

- A. 2018 : Jardinière
- B. 2019 : Serveuse
- C. 2020 : Associée commerciale
- D. 2022 : Agente du service à la clientèle
- E. 2023 : Stagiaire en cybersécurité



Exemple de CV chronologique

Nom et coordonnées

Résumé ou
objectif

Expérience
professionnelle

Parcours académique

Compétences et aptitudes

John Chobot

Cole Harbour, Nouvelle Écosse • (902) 456 - 7891
agardner@email.com

Résumé

Un assistant dentaire exceptionnellement organisé et amical avec plus de 3 ans d'expérience réussie de travail avec les cabinets dentaires et les clients.

Parcours professionnel

Smith Family Dentistry, Assistant dentaire

Juillet 2017 — Présent

Nettoyer et préparer les salles de traitement
Préparer le patient à recevoir un traitement dentaire
Répondre aux questions courantes des patients sur les procédures dentaires, les traitements et les problèmes

E&H Dental, Assistant de Cabinet

Août 2015 — Juillet 2017

Organiser les horaires des clients
Récupérer les patients à leur arrivée
Gérer la facturation et les documents du client
À la fin de l'expérience de travail, examinez les rôles clés des assistants dentaires

Éducation

Little Road Junior College

Août 2012 — Juin 2014

Programme des assistants dentaires agréés

Qualifications

Compétences des assistants dentaires: Certification DANB • Certification radiographique • Impressions sur les prothèses • Personnalité et comportement apaisants • Hygiène • Expérience en chirurgie buccale mineure

Mettre à jour le parcours académique et les formations

Conseils pour mettre à jour votre éducation

Lorsque vous êtes au collège ou à l'université et que vous obtenez votre diplôme, vous pouvez :

- Ajouter votre école, votre programme et le diplôme obtenu ou en cours d'obtention
- Inclure une ligne rapide sur les objectifs d'apprentissage
- Supprimer les informations relatives à votre établissement d'enseignement secondaire

Si vous suivez une formation individuelle ou des cours en dehors d'un programme d'études ou d'un diplôme universitaire :

- Indiquez le cours et l'organisation dans laquelle il est dispensé
- Incluez un résumé rapide des objectifs d'apprentissage



Mettre à jour les certifications et les formations

Conseils pour ajouter des certifications et des formations :

- Indiquez l'organisation qui a délivré le certificat, la licence ou le grade
- Indiquez le nom et le statut de la licence ou du grade, ainsi que la date de délivrance ou l'identifiant, si cela est nécessaire dans ce secteur d'activité

Exemple :

Premiers secours et réanimation cardio-pulmonaire sur le lieu de travail

Nom de l'organisme

Date de réalisation : Juin 2022



Mettre à jour les coordonnées

Vos coordonnées doivent figurer tout en haut de votre CV



HARRY RUSSO

📞 **P:** 902-456-7890 ✉ **E:** harry.r@gmail.com 📍 **A:** 123 Main St., Canada

- Si votre ville/province figure sur votre CV et que vous déménagez dans une autre ville ou province, assurez-vous que cette information est à jour
- Vérifiez votre adresse courriel (n'oubliez pas d'utiliser une adresse courriel appropriée : votre nom par exemple)
- Mettez à jour votre numéro de téléphone s'il change (exemple : vous avez un nouveau téléphone cellulaire)

Conseil de personnalisation : Si une offre d'emploi précise qu'elle recherche des candidats dans votre région, veillez à ce que votre lieu de résidence figure sur votre CV si ce n'était pas le cas auparavant.

Mettre à jour les coordonnées

Informations de contact par téléphone

- Indiquez le numéro de téléphone sur lequel vous serez le plus facilement joignable
- Ne donnez pas votre WhatsApp, cela pourrait être mal perçu par l'employeur
- Si vous partagez votre téléphone cellulaire avec votre famille, il est préférable d'obtenir votre propre numéro (demandez à votre agent du support à l'installation plus d'informations sur les différents forfaits téléphoniques)
- Indiquez toujours votre indicatif régional

Laisser un message

- Si vous devez appeler un employeur pour répondre à son message ou pour le joindre et que vous devez laisser un message, n'oubliez pas d'indiquer le numéro de téléphone sur lequel il pourra vous rappeler. Appelez-le et laissez votre nom, votre numéro de rappel et un bref message expliquant la raison de votre appel.

Et si mon numéro provient d'un autre pays que le Canada ?

- Il est très important que vous obteniez un numéro de téléphone canadien ; beaucoup d'employeurs communiquent par téléphone ou par message texte.



Résumé – Mettre à jour son CV

CV : Liste des choses à faire

- Mettre à jour l'expérience professionnelle et bénévole si nécessaire, supprimer les expériences obsolètes ou non pertinentes
- Mettre à jour l'éducation et la formation en cours d'études et les études terminées. Supprimer les études secondaires une fois les études postsecondaires terminées
- Ajouter les certifications et les licences obtenues (y compris le grade professionnel et le numéro d'identification)
- Mettre à jour les coordonnées si nécessaire
- Adapter votre CV à un emploi spécifique



Adapter son CV à des emplois spécifiques



Adapter ses compétences

Pourquoi est-ce important ? En adaptant votre expérience, vous mettez en valeur vos compétences et votre expérience transférables.

Adapter votre CV à un poste spécifique pour lequel vous postulez peut s'avérer très utile pour vous aider à progresser dans le processus de sélection. Vous montrez ainsi que vous êtes réellement intéressé par l'opportunité qui vous est offerte et vous fournissez aux responsables du recrutement des informations directes sur les raisons pour lesquelles vous seriez un candidat idéal pour le poste à pourvoir.



Adapter son expérience

Exercice 1

Si vous postulez à un emploi de vétérinaire dans un hôpital pour animaux, lesquelles de ces informations seraient les plus utiles à communiquer au responsable de l'embauche :

- A. Vous avez d'excellentes compétences en matière de communication
- B. Vous avez été élu meilleur préparateur de glace dans votre précédent emploi
- C. Vous avez fait du bénévolat auprès de la société protectrice des animaux et vous avez de l'expérience avec les animaux stressés
- D. Vous venez d'être accepté dans le programme d'études d'assistant vétérinaire de votre établissement d'enseignement supérieur



Adapter son expérience

Exercice 2

Quelles sont les 3 compétences ou expériences que vous pourriez acquérir en travaillant chez un magasin de crème glacée et qui seraient également utiles dans un hôpital vétérinaire ?

L'un d'entre elles figurait-elle sur votre liste ?

Expérience

- Commande de fournitures
- Traitement des paiements
- Suivi des stocks de fournitures

Compétences

- Communication
- Service client
- Travail d'équipe
- Gestion des conflits

Conseils pour adapter son CV

Voici quelques autres façons d'adapter votre CV à un emploi spécifique :

- ✓ Lisez l'intégralité de l'offre d'emploi pour mieux comprendre ce qui est recherché chez un candidat
- ✓ Assurez-vous que votre lieu de résidence figure sur votre CV si l'emploi recherche des personnes dans votre secteur
- ✓ Si vous avez beaucoup d'expérience dans le domaine, envisagez de supprimer l'expérience sans rapport avec le domaine (pas plus de 6 points)
- ✓ Si vous disposez d'un résumé des compétences, mettez en premier toutes les compétences liées au poste ou envisagez de supprimer les compétences sans rapport avec le poste
- ✓ Veillez à inclure toutes les certifications et formations que vous possédez et qui sont nécessaires pour le poste, et placez-les en tête de liste

Résumé – Adapter son CV

Adapter son CV : Liste des choses à faire

- ❑ Déplacer les compétences applicables en haut du résumé des compétences
- ❑ Envisager de supprimer l'expérience non pertinente
- ❑ Ajouter vos certificats et formations
- ❑ Faire correspondre votre expérience aux exigences du poste





Conseils pour mettre à jour son profil de candidat

Voici quelques éléments de votre profil de candidat qui peuvent accompagner votre CV :

- Lettre de motivation
 - Références
- Réseaux sociaux



Conseils pour mettre à jour et gérer ses références

1. Au fur et à mesure que vous avancez dans votre carrière, demandez aux personnes pertinentes si elles accepteraient de servir de référence, afin de disposer de références plus récentes pour vos futurs employeurs.
2. N'oubliez pas de toujours vérifier que la personne qui fournit la référence est disposée à le faire. Vous pouvez mettre à jour vos références sur les compétences que vous avez développées et les expériences que vous avez acquises.
3. Certaines personnes peuvent demander à ne plus être citées comme références à l'avenir (et c'est normal), voici quelques-unes des raisons pour lesquelles cela peut arriver :

*Elles ont été contactées à plusieurs reprises et préféreraient ne pas l'être

*Elles estiment que leur référence n'est plus d'actualité car vous avez peut-être acquis de nouvelles expériences et compétences depuis que vous avez travaillé avec elles

Réseautage et réseaux sociaux

- Le réseautage est l'un des aspects les plus importants de la recherche d'emploi. Vous pouvez entrer en contact avec d'autres personnes, que ce soit en personne, en ligne ou en utilisant les médias sociaux. Le réseautage est un moyen organisé d'établir des liens entre les personnes que vous connaissez et les personnes qu'elles connaissent. Vous pouvez entendre parler d'offres d'emploi par des amis, des membres de votre famille ou des connaissances. Vous pouvez organiser des réunions de collecte d'informations ou des entretiens avec des personnes qui exercent des professions qui vous intéressent.
- Les réseaux sociaux peuvent vous aider à vous faire embaucher de différentes manières. Il existe différentes plateformes de réseaux sociaux avec lesquelles vous pouvez vous familiariser.



Réseautage et réseaux sociaux



- Avec près de 660 millions d'utilisateurs actuels, LinkedIn est un lieu privilégié pour les personnes à la recherche d'un emploi
- LinkedIn est également une excellente ressource pour accéder aux offres d'emploi. Les résultats de recherche comprennent une liste d'emplois correspondant à vos centres d'intérêt et une liste de personnes de votre réseau susceptibles de vous aiguiller vers des emplois pertinents
- LinkedIn est recommandé aux étudiants de l'enseignement supérieur

Pour en savoir plus : **Démarrer avec LinkedIn - Tutoriel [LinkedIn](#)**

The Facebook logo, consisting of the word "facebook" in a bold, blue, lowercase sans-serif font.

- De nombreux employeurs publient des offres d'emploi sur Facebook. Vous pouvez trouver ces opportunités en recherchant « Jobs sur Facebook » dans la fenêtre de recherche du site
- Sur Facebook, vous pouvez trouver de nombreux petits boulots, par exemple : déneiger les entrées de votre quartier, garder un chien, etc.
- Attention, il existe plusieurs escroqueries sur Facebook, certaines personnes se faisant passer pour un « *employeur* » pour vous soutirer de l'argent ou des informations. Si vous êtes intéressé par une offre d'emploi sur Facebook, assurez-vous de faire des recherches approfondies sur la personne et l'organisation

Réseautage et réseaux sociaux



- Instagram est une plateforme sur laquelle vous pouvez démontrer des compétences spécifiques, telles que : des projets académiques, un portfolio photo, ou promouvoir votre petite entreprise entrepreneuriale
- Instagram vous permet également de publier des représentations visuelles liées à vos projets professionnels ou académiques
- Comme pour Facebook, soyez prudent, il existe différentes escroqueries - certaines personnes prétendent être un « *employeur* » pour vous soutirer de l'argent ou des informations. Si vous êtes intéressé par une offre d'emploi sur cette application, assurez-vous de faire des recherches approfondies sur la personne et l'organisation

Votre image professionnelle

Les responsables du recrutement recherchent parfois des profils visibles de candidats à l'emploi sur les réseaux sociaux, notamment sur des plateformes telles que :

- Facebook
- Instagram
- TikTok
- LinkedIn (plateforme professionnelle)

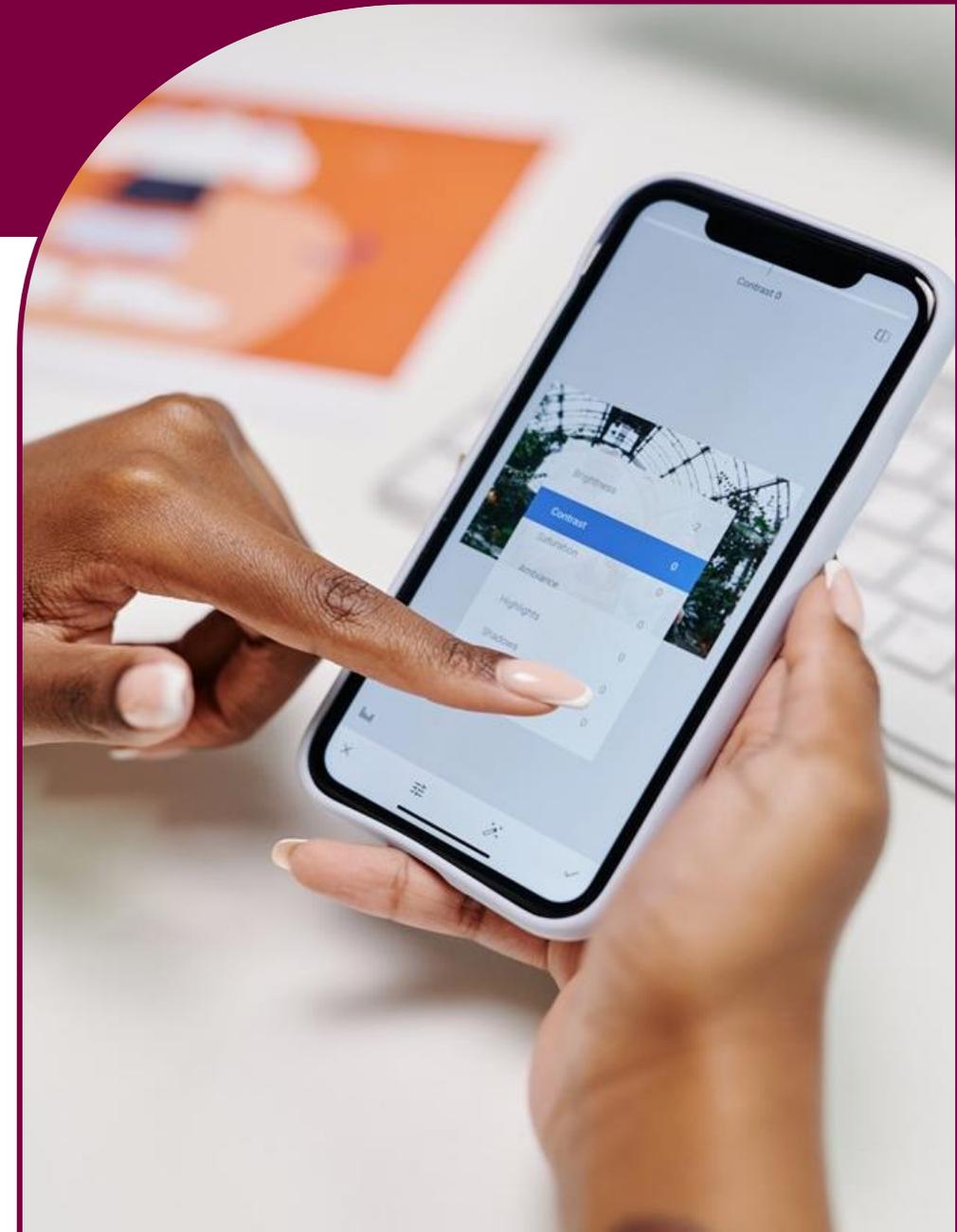


Poster de manière réfléchie

Poster de manière réfléchie est important, non seulement pour postuler à des emplois, mais aussi parce que ce qui est en ligne reste en ligne.

Posez-vous ces questions :

- Est-ce que cela m'est utile ou est utile à d'autres ?
- Dans 5 ans, que penserais-je en lisant ceci ?
- Est-ce que quelqu'un pourrait se sentir mal à l'aise en lisant ceci ?
- Si le responsable à qui je viens de parler pour un emploi voyait ce post, qu'en penserait-il ?



Poster de manière réfléchie – Exercice rapide

Pensez à la dernière chose que vous avez postée sur les réseaux sociaux

Posez-vous ces questions :

- Est-ce que cela m'est utile ou est utile à d'autres ?
- Dans 5 ans, que penserais-je en lisant ceci ?
- Est-ce que quelqu'un pourrait se sentir mal à l'aise en lisant ceci ?
- Si le responsable à qui je viens de parler pour un emploi voyait cette publication, qu'en penserait-il ?

Auriez-vous quand même posté cela en fonction des réponses à ces questions ?

Paramètres de confidentialité sur les réseaux sociaux

Paramètres de confidentialité sur les réseaux sociaux : Liste des choses à faire

- ❑ Localiser et vérifier les paramètres de confidentialité de toutes vos applications de réseaux sociaux
- ❑ Les révérifier régulièrement s'il y a une mise à jour de l'application
- ❑ Tester vos profils en effectuant une recherche vous-même ou en demandant à un ami ou à une personne que vous connaissez de vous montrer ce qu'il voit sur votre profil



Quelques conseils supplémentaires pour mettre à jour votre profil de candidat

Profil de candidat : Liste des choses à faire

- Mettre à jour votre lettre de motivation avec vos nouvelles expériences et compétences et la personnaliser pour chaque emploi
- Demander des références à vos nouveaux employeurs pour rester à jour
- Demander des lettres de référence
- Mettre à jour vos profils sur les réseaux sociaux et les sites d'emploi lorsque vous mettez à jour votre CV
- Explorer de nouvelles plateformes de réseautage



Des
questions ?



Merci !



Financé par :



Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

Funded by:

Immigration, Refugees
and Citizenship Canada