



**Les ateliers et conférences du COSIE**  
**Programme du Semestre 1**  
**Année 2022-2023**

Tout au long de l'année universitaire, le Centre d'Orientation, des Stages et de l'Insertion des Etudiant.es (COSIE), vous propose des ateliers et des conférences pour vous accompagner dans vos projets (orientation, stages...) et votre intégration à l'université. Pour participer aux ateliers, il faut vous inscrire, en revanche les conférences sont accessibles sans inscription préalable. Retrouvez ci-dessous, la programmation des ateliers et conférences prévues du 12 septembre au 16 décembre 2022.

## Table des matières

<b>S'intégrer à l'université et s'organiser dans son travail</b> .....	<b>3</b>
Apprendre à mieux apprendre (atelier)	
Etre à l'aise à l'oral (atelier)	
Premiers pas à l'université (atelier)	
S'organiser dans son travail (atelier)	
<b>S'entraîner aux techniques de recherche de stage et d'emploi</b> .....	<b>4</b>
CV / lettre de motivation * (atelier)	
Entretien de recrutement * (atelier)	
Entretenir son réseau professionnel *(atelier)	
<b>Candidater dans des formations sélectives ou dans le cadre d'une réorientation</b> .....	<b>5</b>
Rédiger sa candidature pour une formation sélective (atelier)	
Candidater en LP et en Master (conférence)	
Se réorienter avec Parcoursup (conférence)	
<b>Construire son projet de formation et son projet professionnel</b> .....	<b>6</b>
Connaissance de soi * (atelier)	
Césure * (conférence)	
Présentation des études dans l'enseignement supérieur * (conférence)	
<b>Connaître le marché de l'emploi</b> .....	<b>7</b>
Comment travaillent les recruteurs (conférence)	
Connaissance du monde du travail (conférence)	
Négocier mon 1 <sup>er</sup> salaire (conférence)	
<b>Calendrier semestriel</b> .....	<b>8</b>

les ateliers et conférences du cours **Moodle Boîte à outils UE pré professionnalisation** sont signalés par une astérisque à la suite du titre \*



# S'intégrer à l'université et s'organiser dans son travail.

## Ateliers (capacité 30 pax)

<b>Apprendre à mieux apprendre</b>	Découvrir de nouvelles méthodes pour travailler et réviser plus efficacement. Echanger sur des astuces favorisant la motivation et la mise au travail.	Etudiant.es de 1ere année de Licence	Jeudi 8 décembre	Campus PDA
<b>Etre à l'aise à l'oral</b>	Vaincre sa timidité. Adopter la bonne posture. Moduler sa voix pour s'exprimer en public.	Etudiant.es de 1ere année de Licence	Jeudi 10 novembre	Campus PDA
<b>Premiers pas à l'université</b>	Faciliter l'intégration à l'université et comprendre le fonctionnement. Connaître les différents interlocuteurs et services pour bien débuter son cursus universitaire.	Etudiant.es de 1ere année de Licence	Jeudi 15 septembre Jeudi 22 septembre Jeudi 29 septembre Jeudi 6 octobre	Campus PDA
<b>S'organiser dans son travail</b>	Comprendre en quoi consiste le travail personnel à l'université et le planifier. Trouver son propre rythme de travail pour concilier études et vie privée.	Etudiant.es de 1ere année de Licence	Jeudi 13 octobre Jeudi 20 octobre Jeudi 17 novembre Jeudi 1 <sup>er</sup> décembre	Campus PDA



# S'entraîner aux techniques de recherche de stage et d'emploi

## Ateliers (capacité 15 pax)

<p><b>CV / lettre de motivation *</b></p>	<p>Comprendre les attentes des recruteurs autour du CV et la lettre de motivation, pour pouvoir construire des outils de candidature efficaces et adaptés, en fonction de votre projet ( recherche de stage / alternance / emploi / job étudiant ).</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Jeudi 10 novembre Mardi 15 novembre Jeudi 17 novembre Jeudi 1<sup>er</sup> décembre Jeudi 8 décembre Jeudi 15 décembre</p>	<p>Campus PDA Campus BDR Distanciel TEAMS Campus PDA Campus PDA Campus PDA</p>
<p><b>Entretien de recrutement *</b></p>	<p>Connaître et comprendre le déroulement d'un entretien de recrutement. Apprendre à se préparer efficacement aux différentes facettes de l'entretien ( présentation, questions, posture professionnelle)</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Jeudi 24 novembre</p>	<p>Campus PDA</p>
<p><b>Entretenir son réseau professionnel *</b></p>	<p>Identifier ce qu'est son réseau professionnel, les contacts qui le constituent et apprendre à le développer.</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Lundi 14 novembre</p>	<p>Campus PDA</p>



# Candidater dans des formations sélectives ou dans le cadre d'une réorientation

## Ateliers (capacité 15 pax)

<p><b>Rédiger sa candidature pour une formation sélective</b></p>	<p>Comprendre les attentes des recruteurs autour du CV et de la lettre de motivation dans le cadre d'une candidature pour une formation sélective.  <u>Prérequis :</u>          Avoir déjà identifié les formations auxquelles vous souhaitez postuler et avoir fait des recherches liées à ces demandes de formation.</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Jeudi 15 décembre</p>	<p>Distanciel Teams</p>
---	--	---------------------------------	--------------------------	-------------------------

## Conférences (sans inscription)

<p><b>Candidater en LP et en Master</b></p>	<p>Connaître la procédure de candidature en licence professionnelle et en master. Apprendre à valoriser son dossier de candidature.</p>	<p>Etudiant.es en 3<sup>e</sup> année de licence</p>	<p>Jeudi 8 décembre</p>	<p>Distanciel Teams</p>
<p><b>Se réorienter avec Parcoursup</b></p>	<p>Décrypter l'utilisation de Parcoursup dans le cadre d'une réorientation.</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Jeudi 15 décembre</p>	<p>Distanciel Teams</p>



# Construire son projet de formation et son projet professionnel

## Ateliers (capacité 15 pax)

<b>Connaissance de soi *</b>	Favoriser la connaissance de soi par le biais de certains termes à connaître : valeurs, intérêts, aptitudes, qualités, freins et savoirs afin de définir son projet professionnel et de valoriser ses compétences.	Etudiant.es tous niveaux	Jeudi 10 novembre Mer. 14 décembre	Campus PDA Campus PDA
------------------------------	--	--------------------------	---------------------------------------	--------------------------

## Conférences (sans inscription)

<b>Césure *</b>	Connaître le dispositif Césure ( informations générales) et l'accompagnement par l'université pour les étudiant.es en Césure. Découvrir quelques projets de Césure et des témoignages d'étudiant.es en Césure.	Etudiant.es tous niveaux	Jeudi 27 octobre	Distanciel Teams
<b>Présentation des études dans l'enseignement supérieur *</b>	Faire le point sur les différentes filières de l'enseignement supérieur afin de booster son dossier de candidature.	Etudiant.es tous niveaux	Jeudi 17 novembre	Distanciel Teams

# Connaître le marché de l'emploi

## Conférences (sans inscription)

<p><b>Comment travaillent les recruteurs</b></p>	<p>Quelles sont les attentes de recruteur-es lorsqu'ils et elles diffusent des offres d'emploi ou de stage ?          Quelles sont leurs représentations des jeunes diplômé-es de l'université et comment retenir leur attention en envoyant vos CV et lettres de motivations ?          Venez échanger avec des professionnel·les du recrutement afin de mieux les comprendre et proposer des candidatures efficaces !</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Jeudi 13 octobre</p>	<p>Distanciel Teams</p>
<p><b>Connaissance du monde du travail</b></p>	<p>Vous allez bientôt intégrer le monde du travail... CDI, CDD, intérim, création d'entreprise, différence entre stage et emploi, droits et obligations des travailleurs et travailleuses et des employeurs... si tout cela vous semble flou, cette conférence est faite pour vous !</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Jeudi 27 octobre</p>	<p>Distanciel Teams</p>
<p><b>Négocier mon 1<sup>er</sup> salaire</b></p>	<p>Comment parler rémunération lorsqu'on sort juste de ses études ? Comment se renseigner sur ce qui se pratique dans son domaine d'activité ?          Des recruteurs et managers vous apporteront leurs témoignages et répondront à vos questions.</p>	<p>Etudiant.es tous niveaux</p>	<p>Jeudi 10 novembre</p>	<p>Distanciel Teams</p>

# Calendrier semestriel

ATELIER OU CONFERENCE	DUREE	PUBLIC	SEPT-22	OCT-22	NOV-22	DEC-22
<b>S'intégrer à l'université et s'organiser dans son travail</b>						
Atelier PREMIERS PAS A L'UNIVERSITE	1H30	L1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Atelier S'ORGANISER DANS SON TRAVAIL	1H30	L1		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Atelier ETRE A L'AISE A L'ORAL	1H30	L1				<input type="checkbox"/>
Atelier APPRENDRE A MIEUX APPRENDRE	1H30	L1			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>S'entraîner aux techniques de recherche de stage et d'emploi</b>						
Atelier CV/LM*	1H30	Tout public			<input type="checkbox"/>	
Atelier ENTRETIEN DE RECRUTEMENT*	1H30	Tout public			<input type="checkbox"/>	
Atelier ENTRETENIR SON RESEAU PROFESSIONNEL	1H30	Tout public			<input type="checkbox"/>	

ATELIER OU CONFERENCE	DUREE	PUBLIC	SEPT-22	OCT-22	NOV-22	DEC-22
<b>Candidater dans des formations sélectives ou dans le cadre d'une réorientation</b>						
<b>Atelier REDIGER SA CANDIDATURE POUR UNE FORMATION SELECTIVE</b>	1H30	Tout public				<input type="checkbox"/>
<b>Conférence CANDIDATER EN LP/MASTER</b>	1H30	L 3				<input type="checkbox"/>
<b>Conférence SE REORIENTER AVEC PARCOURSUP</b>	1H30	Tout public				<input type="checkbox"/>
<b>Construire son projet de formation et son projet professionnel</b>						
<b>Connaissance de soi *</b>	1H30	Tout public			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Conférence Césure *</b>	1H30	Tout public		<input type="checkbox"/>		
<b>Conférence Présentation des études dans l'enseignement supérieur *</b>	1H30	Tout public			<input type="checkbox"/>	

ATELIER OU CONFERENCE	DUREE	PUBLIC	SEPT-22	OCT-22	NOV-22	DEC-22
<b>Connaître le marché de l'emploi</b>						
<b>Conférence Comment travaillent les recruteurs</b>	1h30	Tout public		<input type="checkbox"/>		
<b>Conférence Connaissance du monde du travail</b>	1H30	Tout public		<input type="checkbox"/>		
<b>Conférence Négociier mon 1<sup>er</sup> salaire</b>	1H30	Tout public		<input type="checkbox"/>		