

Le **tour** des **Métiers**

**Mon carnet
de bord**

ÉTABLISSEMENTS
SCOLAIRES

seine **77**
& marnes
LE DÉPARTEMENT

LE TOUR DES MÉTIERS 77

Le défi de l'orientation se joue tout au long de la scolarité. Le Département mène une politique ambitieuse pour la réussite éducative, notamment en accompagnant les jeunes à s'ouvrir au monde professionnel avec le déploiement du Tour des Métiers 77.

Flexible et mobile, ce dispositif dédié à la découverte des métiers et à l'orientation professionnelle, a pour but d'offrir à tous les élèves un même niveau d'information au plus près des territoires.

Équipé d'outils d'aide à l'orientation et de découverte des métiers, il est animé par deux conseillers métiers, qui proposent des ateliers thématiques et des entretiens individuels.

L'objectif : aider chacun à mieux connaître les métiers et les voies d'orientation et à être acteur de la construction de son projet d'avenir professionnel.

*« Les portes de l'avenir sont ouvertes
à ceux qui savent les pousser. »*

Coluche

SOMMAIRE

**Je me suis préparé(e) avant l'arrivée
du Tour des Métiers 77 ! P. 5**

J'APPRENDS À MIEUX ME CONNAÎTRE P. 6

J'EXPLORE LE CHAMP DES POSSIBLES P. 8

**C'est le jour J ! En route pour les ateliers
du Tour des Métiers 77 P. 11**

JE ME DÉCOUVRE P. 12

ATELIER 1 : À la recherche de mon Ikigai ! P. 12

J'EXPLORE LES MÉTIERS P. 14

ATELIER 2 : À la découverte des métiers ! P. 14

ATELIER 3 : Je vais au-delà des idées reçues P. 16

JE M'ORIENTE ! P. 17

ATELIER 4 : À la découverte des filières ! P. 17

**Je fais le bilan de mon expérience à bord
du Tour des Métiers 77 P. 20**



C'est parti !

« LE TOUR DES MÉTIERS 77 FAIT ESCALE
DANS TON ÉTABLISSEMENT.
IL EST DONC TEMPS DE PRENDRE
POSSESSION DE TON CARNET DE BORD
QUI T'ACCOMPAGNERA TOUT AU LONG
DE TON PARCOURS D'ORIENTATION
PROFESSIONNELLE. »

Je m'appelle (prénom et nom) :

.....

Je suis en (classe) :

DATE DE VENUE DU « TOUR DES MÉTIERS 77 » :

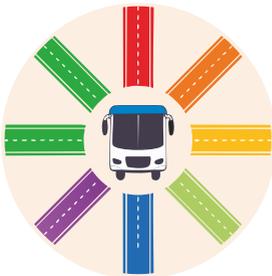


JE ME SUIS PRÉPARÉ(E) AVANT L'ARRIVÉE DU TOUR DES MÉTIERS 77 !

« GRÂCE À LA PRÉPARATION
QUE TU AS FAITE AVEC TON PROFESSEUR,
TU VAS POUVOIR COMPLÉTER
TON CARNET DE BORD AVEC
LES CONSEILLERS MÉTIERS ».



Entoure l'image qui te correspond le mieux :



Je n'ai aucune idée



J'ai une idée de métier(s),
j'ai besoin d'être accompagné(e)

J'APPRENDS À MIEUX ME CONNAÎTRE...



**Quelles sont les matières que tu préfères
et pourquoi ?**

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

**Quelles sont les matières que tu aimes
le moins et pourquoi ?**

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

**Dans quel environnement aimes-tu
travailler au collège / lycée ?**

CASES À COCHER

- À l'intérieur Extérieur
 Seul En groupe
 Au calme Dans un endroit vivant
 Autre :
-

« EN T'AIDANT DE LA FICHE DE PRÉPARATION, INDIQUE CE QUE TU AIMES FAIRE ET VERS QUEL AVENIR PROFESSIONNEL TU POURRAIS TE PROJETER. »



Quels sont tes centres d'intérêt ?

.....

.....

.....

Pour toi, quelles sont les phrases qui sont les plus importantes dans ta vie ?

ENTOURE 3 RÉPONSES MAXIMUM.

Être honnête
avec les autres

Travailler ou coopérer
en équipe

Être disponible pour
sa famille

Protéger l'environnement,
être en contact avec la nature

Informé
ou communiquer

Réussir
ses objectifs

Être créatif, inventer
de nouvelles choses

Accepter la différence
des autres

Aider les personnes
en difficultés

Être généreux
avec ses proches

Organiser des sorties,
voyages ou projets

Être à l'écoute
des autres

Découvrir de nouveaux
lieux, cultures

Aimer apprendre
des autres

Être
un leader

À partir de tes réponses ci-dessus, quelles sont selon toi, les qualités indispensables à avoir ?

.....

.....



J'EXPLORE LE CHAMP DES POSSIBLES !

Comment imagines-tu ta vie plus tard ?

J'aimerais vivre

.....
.....

J'aimerais travailler dans le domaine de

.....
.....

Une fois ma journée de travail terminée,
j'aimerais pratiquer

.....
.....

**Si tu avais une baguette magique, quel
métier exercerais-tu ?**

.....
.....

« JE TE PROPOSE
MAINTENANT
DE RÉFLÉCHIR SUR TON
MÉTIER IDÉAL. »

Quels sont les secteurs professionnels qui sont susceptibles de t'intéresser ou que tu souhaites découvrir ?

CASES À COCHER

Tu peux en sélectionner jusqu'à 5.

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Agriculture, paysage | <input type="checkbox"/> Enseignement, formation, insertion |
| <input type="checkbox"/> Alimentation, agroalimentaire | <input type="checkbox"/> Environnement, eau, déchets, propreté |
| <input type="checkbox"/> Animaux | <input type="checkbox"/> Gestion, comptabilité, RH |
| <input type="checkbox"/> Architecture, décoration | <input type="checkbox"/> Hôtellerie, restauration, tourisme |
| <input type="checkbox"/> Armée, sécurité, secours | <input type="checkbox"/> Humanitaire |
| <input type="checkbox"/> Artisanat d'art, design, mode | <input type="checkbox"/> Informatique, web, réseau |
| <input type="checkbox"/> Banque, finance, assurance | <input type="checkbox"/> Lettres, sciences humaines, langues |
| <input type="checkbox"/> Biologie, chimie | <input type="checkbox"/> Matériaux, industrie |
| <input type="checkbox"/> BTP, urbanisme | <input type="checkbox"/> Mécanique, automobile |
| <input type="checkbox"/> Cinéma, audio-visuel, jeux vidéo | <input type="checkbox"/> Santé, paramédical |
| <input type="checkbox"/> Commerce, immobilier | <input type="checkbox"/> Sciences physiques, maths, data |
| <input type="checkbox"/> Communication, journalisme, marketing | <input type="checkbox"/> Secrétariat, accueil |
| <input type="checkbox"/> Culture, spectacle, patrimoine | <input type="checkbox"/> Social, petite enfance, services à la personne |
| <input type="checkbox"/> Droit, justice | <input type="checkbox"/> Soins, esthétique, coiffure |
| <input type="checkbox"/> Édition, imprimerie, livres | <input type="checkbox"/> Sport, animation |
| <input type="checkbox"/> Électricité, électronique, robotique | <input type="checkbox"/> Transport-logistique |
| <input type="checkbox"/> Énergie | |

D'après toi, quels environnements de travail te correspondent ?

CASES À COCHER

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Bouger, se déplacer | <input type="checkbox"/> Goût du risque, sensations fortes |
| <input type="checkbox"/> Calculer, utiliser les chiffres | <input type="checkbox"/> Informatique, nouvelles technologies |
| <input type="checkbox"/> Chercher, trouver des solutions | <input type="checkbox"/> Organiser, décider |
| <input type="checkbox"/> Communiquer, informer | <input type="checkbox"/> Protéger, défendre, secourir |
| <input type="checkbox"/> Conseiller, aider les autres | <input type="checkbox"/> S'intéresser aux machines, les utiliser |
| <input type="checkbox"/> Exprimer sa créativité | <input type="checkbox"/> Se dépenser physiquement |
| <input type="checkbox"/> Éduquer, enseigner, former | <input type="checkbox"/> Travail bien balisé, sans imprévu |
| <input type="checkbox"/> Être au contact d'enfants, d'adolescents | <input type="checkbox"/> Travail manuel |
| <input type="checkbox"/> Être à l'extérieur | <input type="checkbox"/> Travailler dans la fonction publique |
| <input type="checkbox"/> Être son propre patron | <input type="checkbox"/> Travailler en équipe |
| <input type="checkbox"/> Être en contact avec la nature, les animaux, les plantes | <input type="checkbox"/> Travailler un matériau |
| | <input type="checkbox"/> Utiliser les langues étrangères |



C'est le jour J ! En route pour les ateliers du Tour des Métiers 77 !



« BIENVENUE À BORD
DU TOUR DES MÉTIERS 77 !
TU TROUVERAS DIFFÉRENTS
ESPACES À DÉCOUVRIR. »



ATELIER 1 :

À LA RECHERCHE
DE MON IKIGAÏ !

OBJECTIF DE L'ATELIER :

Te permettre de mieux
te connaître et t'aider
à identifier tes talents
afin de te guider
dans ton projet
d'orientation et
de formation.



JE ME DÉCOUVRE

l'iki... quoi ?

L'ikigaï est une philosophie de vie japonaise qui consiste à trouver un équilibre dans sa vie. Iki signifie « vivre » et gaï signifie « raison ». Il s'agit donc de trouver sa raison de vivre.

QUESTION 1 :

Qu'aimes-tu dans la vie ?

QUESTION 2 :

Pour quoi es-tu doué(e) ?

QUESTION 3 :

De quoi le monde a-t-il besoin aujourd'hui ?

QUESTION 4 :

Quel type de métier aimerais-tu exercer ?

Mon ressenti à la fin de cet atelier :

.....

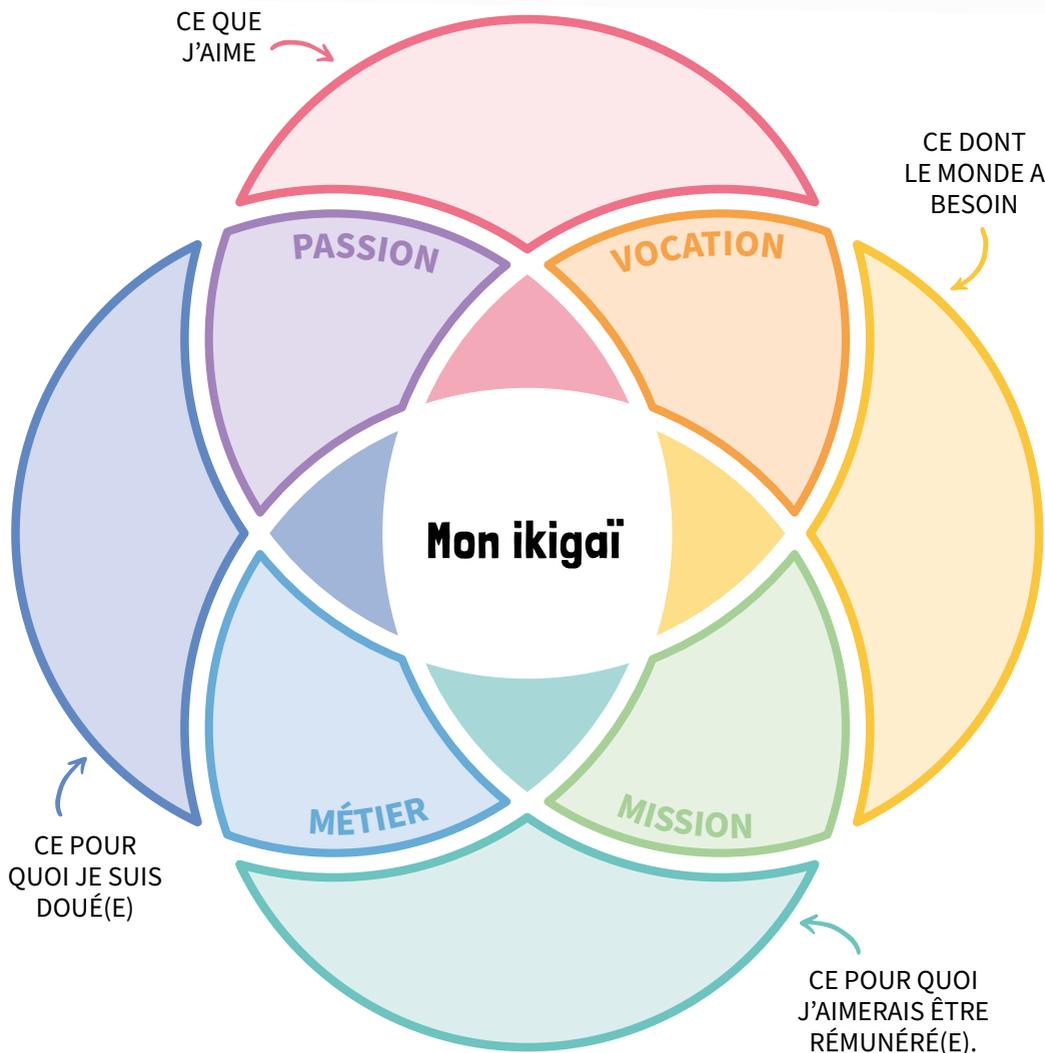
.....

.....

FÉLICITATIONS !
TU AS COMPLÉTÉ LES 4 PREMIÈRES ZONES.

Laisse toi guider par les conseillers métiers pour compléter
les 5 zones restantes :

passion, vocation, métier, mission et enfin ton Ikigai.



ATELIER 2 :

À LA
DÉCOUVERTE
DES MÉTIERS !



J'EXPLORE LES MÉTIERS

JE TESTE MES CENTRES D'INTÉRÊT PROFESSIONNELS

Reporte dans le tableau les résultats que tu
as obtenus suite au questionnaire :

FAMILLE DE MÉTIERS	NOMBRE DE POINTS OBTENUS (/15)	LES 3 MÉTIERS QUI ME PLAISENT LE PLUS

JE DÉCOUVRE LES MÉTIERS

1. JE DÉCOUVRE LE MÉTIER DE

Ce qui me plaît dans ce métier :

.....
.....

Ce qui me plaît moins dans ce métier :

.....
.....

2. JE DÉCOUVRE LE MÉTIER DE

Ce qui me plaît dans ce métier :

.....
.....

Ce qui me plaît moins dans ce métier :

.....
.....

3. JE DÉCOUVRE LE MÉTIER DE

Ce qui me plaît dans ce métier :

.....
.....

Ce qui me plaît moins dans ce métier :

.....
.....

ATELIER 3 :

JE VAIS AU-DELÀ
DES IDÉES
REÇUES.



J'AI PARTICIPÉ À L'ATELIER :

.....
.....

Ce que j'ai appris

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

J'AI PARTICIPÉ À L'ATELIER :

.....
.....

Ce que j'ai appris

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

ATELIER 4 :

À LA DÉCOUVERTE
DES FILIÈRES !

JE M'ORIENTE

« CHOISIR TON ORIENTATION :
C'EST ÊTRE ACTEUR DE TON PARCOURS
DE FORMATION VERS LE MÉTIER QUE
TU SOUHAITES EXERCER. »



Qu'as-tu appris sur les différentes filières ?

.....

.....

.....

.....

.....

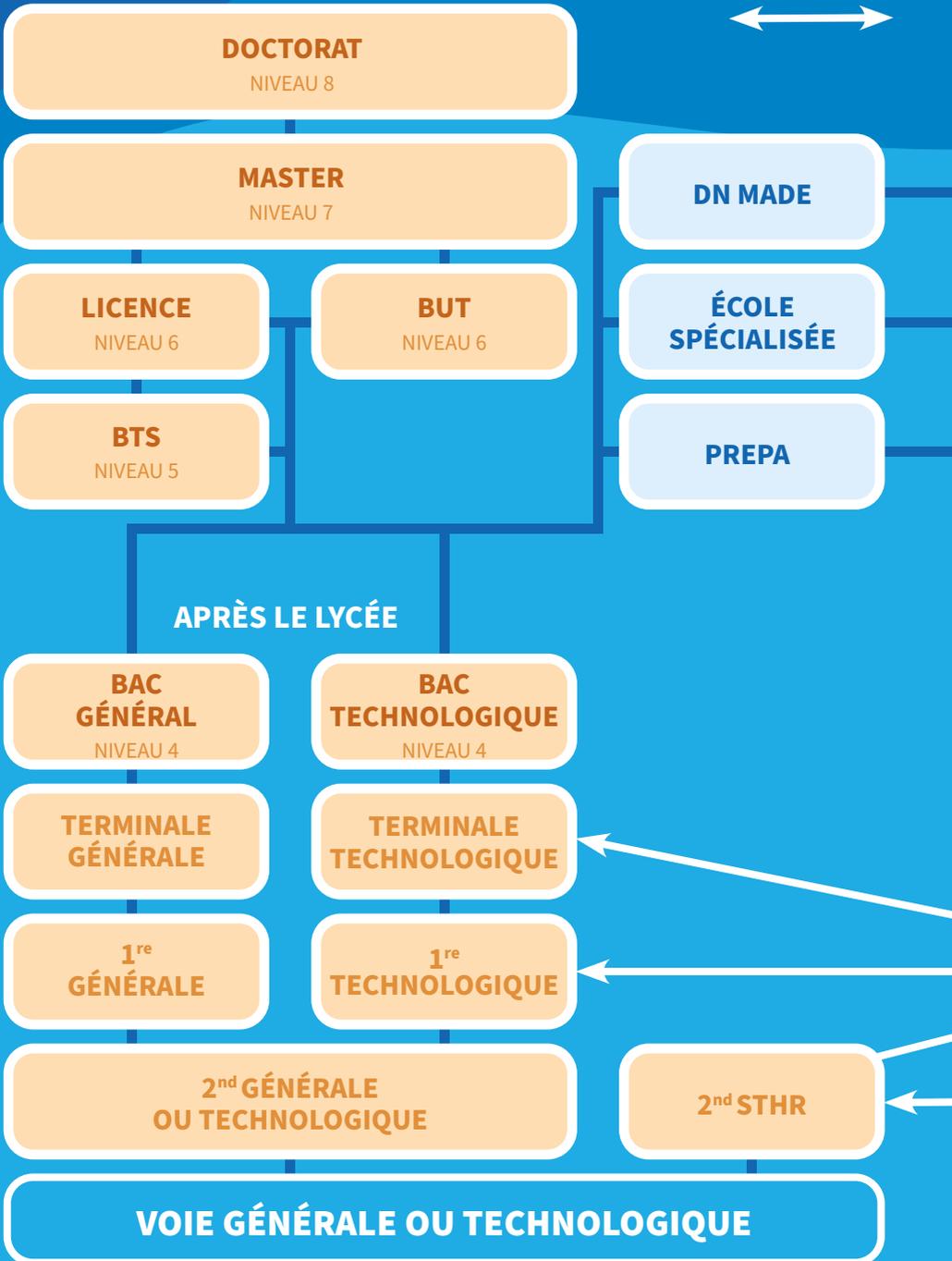
**Quelle voie d'orientation semble te
correspondre le plus pour le moment et
pourquoi (voie générale, professionnelle,
technologique) ?**

.....

.....

.....

.....



BMA : Brevet des métiers d'art

BPA : Brevet professionnel agricole

BTM : Brevet technique des métiers

BTS : Brevet de technicien supérieur

BUT : Bachelor universitaire de technologie

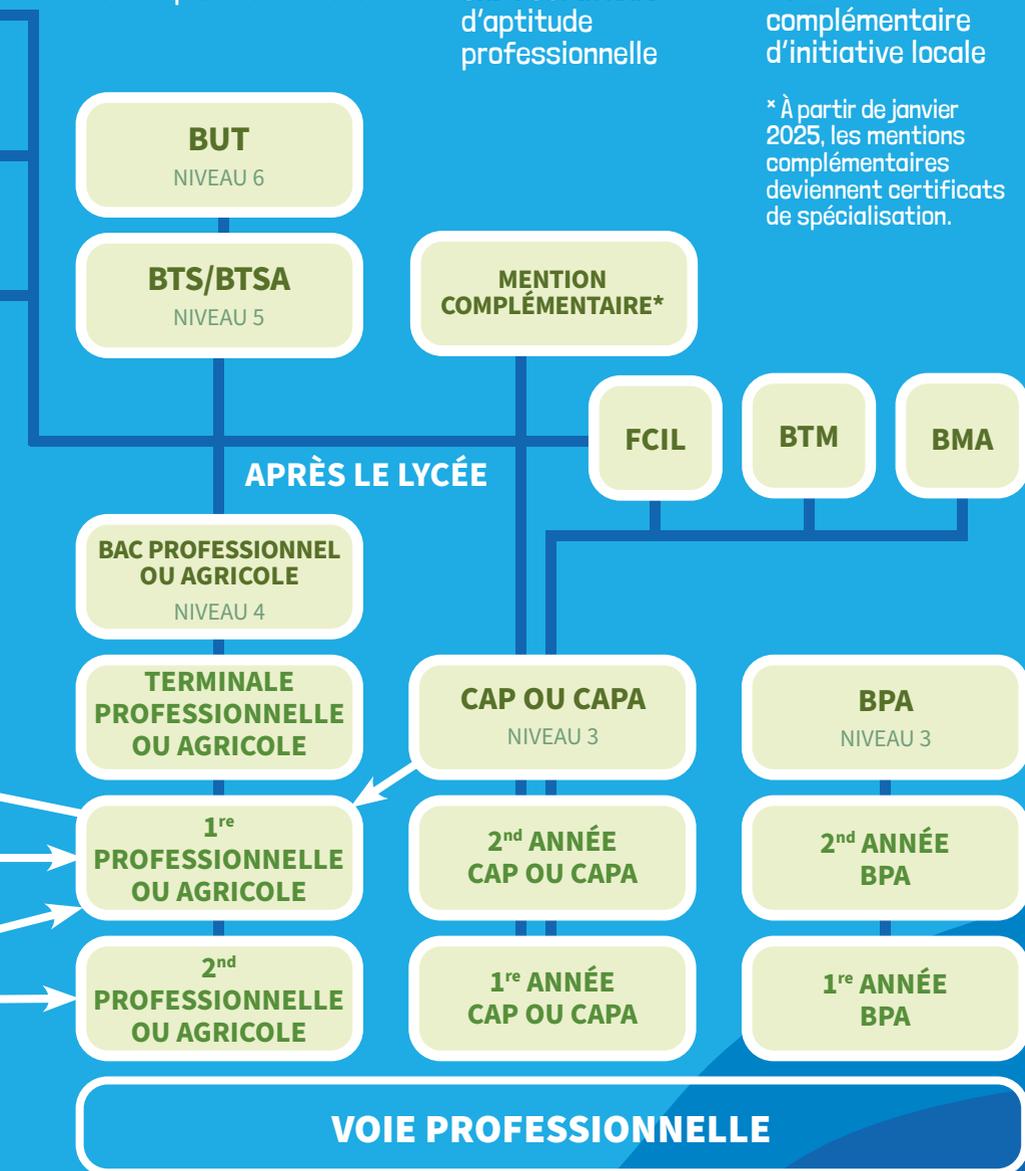
CAP : Certificat d'aptitude professionnelle

CAPA : CAP Agricole

DN MADE : Diplôme national des métiers d'art et du design

FCIL : Formation complémentaire d'initiative locale

* À partir de janvier 2025, les mentions complémentaires deviennent certificats de spécialisation.



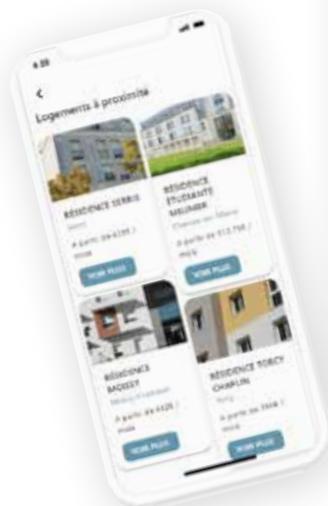


« LE SAVAIS-TU ?
IL EXISTE PLUSIEURS
VOIES D'ORIENTATION »

Je liste les formations que je souhaite découvrir :

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

« LE SAVAIS-TU ? IL EXISTE UNE APPLICATION
QUI RECENSE TOUTES LES FORMATIONS
EN SEINE-ET-MARNE !
CELA PEUT T'AIDER À TROUVER
TON FUTUR ÉTABLISSEMENT. »



Mon appli de formation en Seine-et-Marne



Je télécharge l'application
en scannant le QR Code

APPLICATION GRATUITE
ET DISPONIBLE SUR



JE FAIS LE BILAN DE MON EXPÉRIENCE À BORD DU TOUR DES MÉTIERS 77



J'ai découvert un ou plusieurs métiers qui m'intéressent :

Oui Non

Si oui, je note ici 3 favoris :



Je réalise la fiche métier de mon choix favori, en m'aidant des outils disponibles à bord :

MÉTIER	
SECTEUR PROFESSIONNEL	
ACTIVITÉS PRINCIPALES	
CONDITIONS DE TRAVAIL	
OUTILS NÉCESSAIRES	
AVANTAGES DU MÉTIER	
CONTRAINTES DU MÉTIER	
PARCOURS D'ÉTUDES POUR Y ACCÉDER	

Je visualise plus clairement vers quelle formation je souhaite m'orienter :

Oui Non

Si oui, je note ici mon top 3 des formations :

1

2

3

« POUR ALLER PLUS LOIN,
TU PEUX ÉCHANGER AVEC TON PROFESSEUR
DOCUMENTALISTE ET LE/LA PSYCHOLOGUE
DE L'ÉDUCATION NATIONALE QUI INTERVIENT
DANS TON ÉTABLISSEMENT.

TU PEUX AUSSI TE RENDRE DANS UN CIO
ET VISITER LES SALONS ET FORUMS
DE TON DÉPARTEMENT. »

Les ateliers du Tour des Métiers 77 m'ont permis de :

.....

.....

.....

.....

Et maintenant, à ton Tour !

J'ESPÈRE QUE L'AVENTURE DU TOUR DES MÉTIERS 77,
T'A PERMIS D'Y VOIR PLUS CLAIR !

MAINTENANT, TU AS TOUS LES OUTILS EN MAIN POUR T'AIDER
DANS TON ORIENTATION PROFESSIONNELLE.

Le **77**
tour
des **Métiers**

**Avec toi pour
construire ton avenir**

seine 77
& **marne**
LE DÉPARTEMENT

Département de Seine-et-Marne

Hôtel du Département | CS 50377

77010 Melun cedex | 01 64 14 77 77

seine-et-marne.fr | 