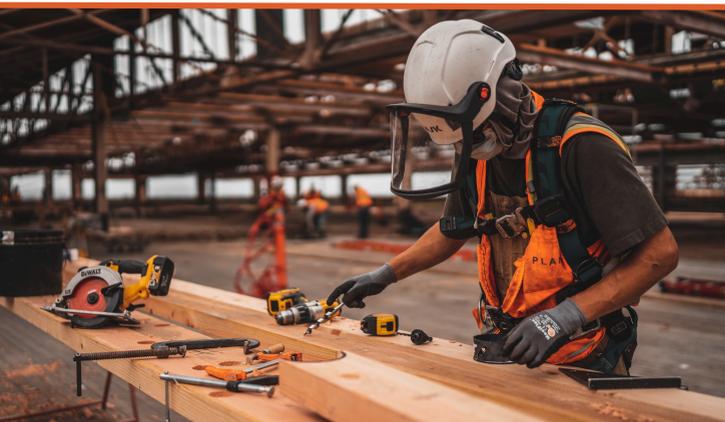


PRO D'UN JOUR

Une **immersion (visite, stage, alternance)** au sein d'une entreprise, aux côtés d'un professionnel engagé dans l'insertion socio-professionnelle des jeunes.

- Découvrir un métier et son environnement de travail
- Développer ses compétences et ses soft-skills

A partir de 14 ans



dernière mise à jour en mars 2025

✉ itineraires@le-prado.fr


Prado
itinéraires

Découvre les métiers :

	RESTAURATION / ALIMENTAIRE	  
	HÔTELLERIE	
	SOCIO-ESTHÉTIQUE	
	PRENDRE SOIN : PETITE ENFANCE / SERVICE À LA PERSONNE	  
	ESPACES VERTS / MARAÎCHAGE	  
	MENUISERIE	  
	BÂTIMENT SECOND OEUVRE	 
	RÉPARATION	 
	USINAGE	 
	LOGISTIQUE	 
	MARKETING	 
	LIEUX RESSOURCES : ORIENTATION, CV, LM, ENTRETIEN	

- ✉ Envoie-nous un mail à itineraires@le-prado.fr avec :
- > le nom du métier que tu souhaites découvrir,
 - > le type d'immersion (visite, découverte, stage...)
 - > ton CV
 - > tes disponibilités
 - > ta mobilité (dans quelle ville) !



visites



journée
découverte



stage



alternance/
emploi

Antoine,
ton futur
mentor !

LE FOODTRUCK, C'EST QUOI ?

Un camion aménagé pour préparer et vendre des repas rapides, lors d'événements festifs ou distributions solidaires

- > **Cuisiner** les plats
- > **Accueillir** les clients
- > **Gérer** les stocks
- > **Nettoyer** le camion



AVEC FOODTRUCK, LES SAVEURS D'ELISE :

Explore les métiers : Restauration, vente, nettoyage, rangement des stocks.

Stage
sur mesure

Dès 14 ans

- > **Lundi** : prise de contact, gestion des stocks, réception de la marchandise, préparation cuisine
- > **Mardi, mercredi et jeudi** : préparation du camion et déplacement sur site, vente et distribution
- > **Vendredi** : bilan de la semaine, nettoyage du camion

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://itineraires.le-prado.fr/>

 [saveursdelise](https://www.instagram.com/saveursdelise)

LOCALISATION



11 rue Père Chevrier, 69007 Lyon

LA BOULANGERIE, C'EST QUOI ?

Un endroit où l'on fabrique et vend du pain et des pâtisseries.

- > **Préparer** le pain
- > **Créer** des pâtisseries (gâteaux, tartes, viennoiseries)
- > **Gérer** les stocks
- > **Nettoyer** pour respecter les normes de sécurité alimentaire.
- > Service à la clientèle



AVEC VICTOR LE BOULANGER :

Explore les métiers : Boulanger-e, pâtissier-e, aide polyvalent, vente, nettoyage, snacking, rangement des stocks.

Stage
1 à 2 semaines

Dès 15 ans

Artisanale
Engagée
Originale

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 [https://www.facebook.com/
VictorleBoulangierRillieux/](https://www.facebook.com/VictorleBoulangierRillieux/)

 [victor_leboulanger](https://www.instagram.com/victor_leboulanger)

LOCALISATION



2 Av. du Loup Pendu, 69140 Rillieux-la-Pape

EPICERIE SOCIALE, C'EST QUOI ?

- Produits essentiels à prix réduits
- > **Trier** des produits,
 - > **Emballer** et **disposer** les articles en rayons
 - > **Gérer** la logistique,
 - > **Encaisser**
 - > **Servir** au café solidaire,
 - > **Cuisiner** les plats préparés



AVEC OASIS D'AMOUR :

Explore les métiers : Magasinier-e, Caissier-e, Agent-e de conditionnement

Visite
collective

Dès 14 ans

Bénévolat

Dès 14 ans

Stage

Dès 14 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.oasis-damour.com>

 [associationoasisdamour](https://www.instagram.com/associationoasisdamour)

LOCALISATION



72, Avenue Franklin Roosevelt, 69120 Vaulx-en-Velin

L'HÔTELLERIE, C'EST QUOI ?

La gestion et l'accueil de clients dans des établissements d'hébergement.

- > **Assurer** le nettoyage, l'organisation des chambres
- > **Accueillir** les clients, gérer les réservations
- > **Traiter** le linge de l'hôtel (lavage, repassage, pliage)



AVEC LE GRAND BARNUM :

Explore les métiers : valet/femme de chambre, réceptionniste en hôtellerie, technicien-ne en blanchisserie

Visite
collective

Dès 14 ans

Stage

Dès 18 ans

Emploi
Pass IAE

Dès 18 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.legrandbarnum.com/>

 [hotelgrandbarnumlyon](https://www.instagram.com/hotelgrandbarnumlyon)

LOCALISATION



40 avenue de la Table de Pierre , 69340 Francheville

BEAUTY TRUCK, C'EST QUOI ?

Un **institut éphémère** pour prendre soin des autres
> **Soins esthétiques** et **massage** du visage et des mains et massage avec objets,
> Préparation de **cosmétiques maison** (gommage, baume à lèvres)



AVEC BEAUTY TRUCK :

Explore le monde du travail et du bien-être !

Les stagiaires peuvent réaliser.e.s des prestations en entreprise ou maison de retraite

Rencontre

Dès 14 ans

Stage

Les lundis :
2h par semaine

Dès 14 ans

Filles et
garçons
acceptés

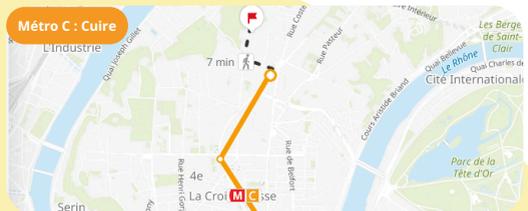
Il faut être à l'aise avec le toucher de l'autre !

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.fondation-ove.fr/projets/institut-de-beaute-solidaire/>

LOCALISATION



56 Rue Pierre Brunier, 69300 Caluire-et-Cuire

LA PETITE ENFANCE, C'EST QUOI ?

S'occuper des tout-petits :

- > **Aider** à leur développement,
- > **Assurer** leur sécurité et bien-être,
- > **Préparer** les repas,
- > **Organiser** des activités d'éveil,
- > **Communiquer** avec les parents,
- > **Entretenir** les espaces de vie.



AVEC LES PARTENAIRES DE LA MMIE :

Explore les métiers : *Educateur.trice de jeunes enfants, Auxiliaire de puériculture, Animateur.trice petite enfance*

Visite
collective

Dès 14 ans

Stage
en crèche

Dès 14 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.metiers-du-prendre-soin.fr/>

 [mmie_insertion_emploi](#)

LOCALISATION



Partout sur la Métropole de Lyon

SERVICE À LA PERSONNE, C'EST QUOI ?



Accompagner et aider les personnes dépendantes à mieux vivre à domicile.

- > aide aux déplacements,
- > aide au repas,
- > aide à la toilette et à l'habillage,
- > aide à l'entretien du logement,
- > courses,
- > promenade

AVEC GEIQ AMS :

Explore les métiers : Assistant-e de vie aux familles, Accompagnant-e éducatif et social

Visite
collective

Dès 14 ans

Formation en
alternance

Dès 16 ans

Découvre les métiers en faisant leur escape game

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.geiq-ams.fr/>

LOCALISATION



33 Avenue du Dr Georges Lévy, Bat 55-3 69200 Vénissieux

L'AIDE À DOMICILE, C'EST QUOI ?

Accompagner et aider les personnes dépendantes à mieux vivre à domicile.

- > aide aux déplacements,
- > aide au repas,
- > aide à la toilette et à l'habillage,
- > aide à l'entretien du logement,
- > courses,
- > promenade



AVEC AIAD :

Explore les métiers : Auxiliaire de vie sociale, Aide à domicile

Visite
collective

Dès 14 ans

Journée
découverte

Dès 14 ans

Stage

Dès 14 ans

Employeur
alternance

Dès 16 ans

Job d'été

Dès 16 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.aiad-aideadomicile.fr/>

 [aiadsaonemontdor](https://www.instagram.com/aiadsaonemontdor)

LOCALISATION



54 rue Gambetta, 69270 Fontaines-sur Saône

LES ESPACES VERTS, C'EST QUOI ?



- Parcs, jardins, espaces de loisirs
- > **Entretien** les espaces verts (tonte, taille)
 - > **Aménager** les espaces (création de jardins, bancs, allées, hôtel à insectes)
 - > **Créer** des infrastructures (systèmes d'irrigation, bassins, fontaines)

AVEC FORMAPAYSAGE :

*Explore les métiers : Ouvrier-e paysagiste, jardinier-e paysagiste
(avec un réseau de partenaires sur toute la Métropole de Lyon)*

Visite
collective

Dès 14 ans

Stage

Dès 14 ans

Formation
CAPa / Contrat de
professionnalisation

Dès 15 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://formapaysage.fr/>

 formapaysage

LOCALISATION



2 rue Edison , 69500 Bron, France

LE MARAÎCHAGE, C'EST QUOI ?

Une activité qui combine nature, agriculture et gastronomie : l'art de cultiver des légumes et des plantes potagères.

- > **Planter et récolter** des produits frais, en respectant l'environnement
- > **Construire** des structures en bois (abris, bordures)



AVEC BIODIVER' CITÉ ARC-EN-CIEL:

Explore les métiers : Maraîchage agroécologique, charpente, ébénisterie, maçonnerie, menuiserie, cuisine

Stage
1   2 semaines

16-25 ans

Parcours de
préqualification
6 mois (4j/semaine)
  600 /mois

16-25 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.facebook.com/biodivercite/>

 [biodiver.cite](https://www.instagram.com/biodiver.cite)

LOCALISATION



505 avenue de la sauvegarde, 69009 Lyon

LE MARAÎCHAGE, C'EST QUOI ?

Une activité qui combine nature, agriculture et gastronomie : l'art de cultiver des légumes et des plantes potagères.

- > **Se reconnecter** à la nature
- > **Planter et récolter** des produits frais, en respectant l'environnement



AVEC GAÏA :

Explore les métiers : Maraîchage agroécologique

Tous les lundis
14h à 16h (2h)

Dès 14 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://gaia-lyon.org/>

 [associationgaiayon](#)

LOCALISATION



Jardin de la Sarra, 56 Rue Pauline-Marie Jaricot, 69005 Lyon

LE MARAÎCHAGE, C'EST QUOI ?



Une activité qui combine nature, agriculture et gastronomie : l'art de cultiver des légumes et des plantes potagères.

- > **Planter et récolter** des produits frais, en respectant l'environnement
- > **Service traiteur** et paniers de légumes

AVEC LES JARDINS DE LUCIE :

Explore les métiers : Maraîchage agroécologique, Cuisine, Transformation alimentaire, Service traiteur

Visite
collective

Dès 16 ans

PMSMP
1 semaine

Dès 18 ans

Emploi
Pass IAE

Dès 18 ans

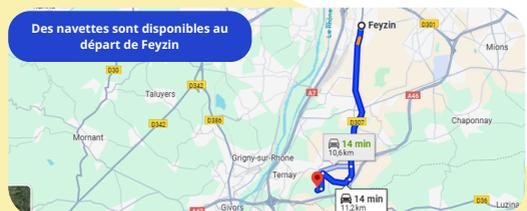
CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://jardinsdelucie.cocagnebio.fr/>

 [lesjardinsdelucie](https://www.instagram.com/lesjardinsdelucie)

LOCALISATION



69 Chemin du Tram, 69360 Communay

LE MARAÎCHAGE, C'EST QUOI ?

Une activité qui combine nature, agriculture et gastronomie : l'art de cultiver des légumes et des plantes potagères.

- > **Planter et récolter** des produits frais, en respectant l'environnement
- > **Service traiteur** et paniers de légumes



AVEC LES JARDINS DU PRADO (ACI) :

Explore les métiers : Maraîchage agroécologique, Cuisine, Transformation alimentaire, Service traiteur

Journée
découverte

Dès 16 ans

Stage

Dès 16 ans

Emploi
Pass IAE

Dès 16 ans

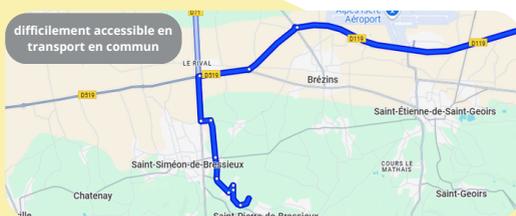
CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.le-prado.fr/les-jardins-du-prado/>

 Les Jardins du Prado-Bressieux

LOCALISATION



672 route du Colombier, 38870 Bressieux

Stéphane,
ton futur
mentor !



LA MENUISERIE, C'EST QUOI ?

Travailler le bois pour le transformer en mobilier design (table, armoire, cabane).

- > **Choisir** les matériaux
- > **Découper** précisément
- > **Assembler** (avec la machine défonceuse, lamelleuse, collage, afleureuse, plaqueuse)
- > **Faire** les finitions (vernissage, peinture)



AVEC LA LIGNE VERTUOSE :

Explore le métier : Menuisier·e

Visite
collective

Dès 14 ans

Journée
découverte
(mardi)

Dès 16 ans

Stage
2 à 8 semaines

Dès 16 ans



La vidéo de
présentation

**Financement de ton projet pro (permis, formation, matériel)
jusqu'à 1200€ et création à emporter.**

CONTACT

✉ itineraires@le-prado.fr

🌐 <https://www.lalignevertuose.com/>

📷 [la_ligne_vertuose](https://www.instagram.com/la_ligne_vertuose)

LOCALISATION



7 rue Alfred de Musset, 69100 Villeurbanne

LA MENUISERIE, C'EST QUOI ?

Travailler le bois pour le transformer en mobilier design (table, armoire, cabane).

- > **Choisir** les matériaux
- > **Découper** précisément
- > **Assembler** (avec la machine défonceuse, lamelleuse, collage, afileuse, plaqueuse)
- > **Faire** les finitions (vernissage, peinture)



AVEC ATELIER EMMAÛS :

Explore le métier : Menuisier·e d'agencement

Visite
collective

Dès 14 ans

Stage
30 jours

Dès 16 ans

30 jours en
continu ou pas

> pas besoin de
régularisation

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.atelier-emmaus.org/>

 [atelier_emmaus](https://www.instagram.com/atelier_emmaus)

LOCALISATION



182 rue Poudrette, 69100 Villeurbanne

LE BÂTIMENT SECOND OEUVRE, C'EST QUOI ?

Etapes de finition pour rendre le bâtiment habitable :

- > **Cloisonnement et isolation**
- > **Plomberie et électricité**
- > **CVC** (Chauffage, , ventilation, climatisation)
- > **Revêtements** : sols, peinture, finitions
- > **Menuiserie** intérieure : portes, fenêtres, escaliers, placards



AVEC LES CLÉS DE L'ATELIER :

Explore le métier : Agent-e de maintenance des bâtiments, Menuisier-e, plaquiste, peintre en bâtiment, installateur-ice thermique et sanitaire

Visite
collective

Dès 14 ans

Formation
alternance

Dès 17 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://lesclesdelatelier.fr/>

 [lesclesdelatelier](#)

LOCALISATION

2 sites :



43 chemin Pras, 69350 la Mulatière

10a Avenue du 11 Novembre 1918
Vénissieux

LE BÂTIMENT SECOND OEUVRE, C'EST QUOI ?

Etapes de finition pour rendre le bâtiment habitable.

Tremplin Bâtiment est spécialisé dans les revêtements muraux et de sols :

- > **Cloisonnement et isolation**
- > **Revêtements** : sols, peinture, finitions



AVEC TREMLIN BÂTIMENT :

Explore le métier : Peintre en bâtiment, Plâtrier-e-plaquiste, Isolationniste, Carreleur-se

Visite
collective

Dès 14 ans

Stage

Dès 15 ans

Emploi
Pass IAE

Dès 18 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.tremplin-batiment.fr/>

LOCALISATION



Chantiers partout sur la Métropole de Lyon

LE BÂTIMENT SECOND OEUVRE, C'EST QUOI ?

Etapes de finition pour rendre le bâtiment habitable :

- > Rénovation d'appartements
- > **Chantiers peinture**
- > **Pose** de tapisserie, de faïence, de toile de verre



AVEC PRADO SYNERGIES (ACI) :

Explore le métier : Peintre en bâtiment, Carreleur-se-faïencier-e

Visite
collective

Dès 14 ans

Stage

Dès 16 ans

Emploi
Pass IAE

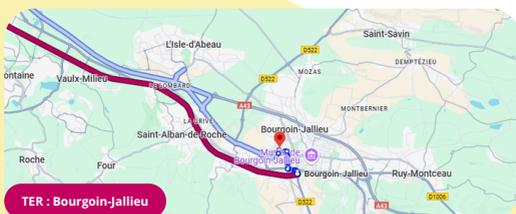
Dès 16 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.le-prado.fr/prado-synergie/>

LOCALISATION



26B rue de l'Oiselet, 38300 Bourgoin-Jallieu

LA RÉPARATION D'ÉLECTROMÉNAGERS, C'EST QUOI ?



> **Récupérer et réparer** des appareils usagés (four, frigo, lave-linge, aspirateur, etc) puis les **revendre** à des prix abordables.

Pour prolonger la durée de vie des appareils, réduire les déchets et promouvoir une consommation plus durable.

AVEC ENVIE RHÔNE-ALPES :

Explore les métiers : opérateur-riche de production électroménager, opérateur-riche tri et recyclage, cariste logistique poids lourd, livreur-se installateur, conseiller-e vente

Visite
collective

Dès 14 ans

Stage

Dès 18 ans

Emploi
Pass IAE

Dès 18 ans

Possibilité de prise en charge du financement pour le permis C poids lourds

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://rhone.envie.org/>

 [envie_rhone](#)

LOCALISATION



43 Allée du mens 69100 Villeurbanne



L'USINAGE, C'EST QUOI ?

> **Fabriquer** des pièces par des procédés de découpe, de meulage, ou d'usinage de matériaux (métal, plastique)

Techniques : tournage, fraisage, commande numérique



AVEC ÉCOLE DE PROD GORGE DE LOUP :

Explore les métiers : conducteur-riche d'installations, Opérateur-riche régleur sur machines à commande numérique, Technicien·ne en usinage

Visite
collective

Dès 14 ans

Matinée
technique
3 h

Dès 15 ans

Stage
3 à 5 jours

Dès 15 ans

Formation
CAP/BAC PRO

Dès 15 ans

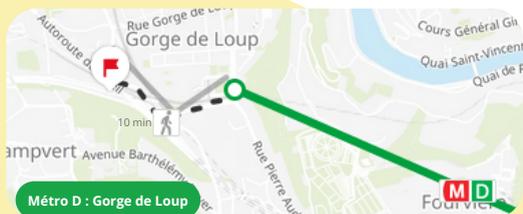
CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.ecole-gorgedeloup.com/>

 [ateliergorgedeloup](#)

LOCALISATION



105 Avenue Sidoine Apollinaire 69009 Lyon

LA LOGISTIQUE, C'EST QUOI ?

Organisation des déplacements d'un produit pour qu'il arrive efficacement à sa destination finale.

- > **Gérer** les stocks
- > **Planifier** les transports
- > **Traiter** les commandes
- > **Gérer** les entrepôts
- > **Suivre** et **analyser** les données coût et productivité



AVEC AFTRAL : CENTRE DE FORMATION

Explore les métiers : Préparateur-riche de commande, Magasinier-e, Cariste, Manutentionnaire, Inventoriste, Conducteur-riche de véhicules lourds

Visite
collective

Dès 14 ans

Formation
CAP à BAC+6

Dès 15 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.aftral.com/>

 [aftral_formation](#)

LOCALISATION



248 Avenue Franklin Roosevelt , 69120 Vaulx-en-Velin

LA LOGISTIQUE, C'EST QUOI ?

Organisation des déplacements d'un produit pour qu'il arrive efficacement à sa destination finale.

- > **Gérer** les stocks
- > **Planifier** les transports
- > **Traiter** les commandes
- > **Gérer** les entrepôts
- > **Suivre** et **analyser** les données coût et productivité



AVEC VEEPEE : ENTREPRISE

Explore les métiers : Préparateur-riche de commande, Magasinier-e, Cariste, Manutentionnaire, Inventoriste

Visite
collective

Dès 14 ans

Emploi

Dès 18 ans

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://careers.veepee.com/fr/>

LOCALISATION



130 Avenue des Pré Seigneurs, 01120 La Boisse

LE MARKETING, C'EST QUOI ?

Attirer, vendre et fidéliser les clients en répondant à leurs besoins.

- > **Relation client**
- > **Vendre et négocier**
- > **Promouvoir** les produits
- > **Étudier** le marché



AVEC PRO-FYL : CENTRE DE FORMATION

Explore les métiers : Employer-e commercial, Conseiller.e de vente,

Visite collective

Dès 15 ans

Formation
CAP à BAC+3

Dès 16 ans

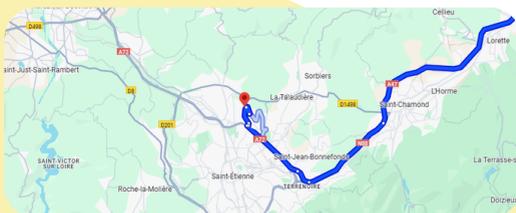
} en ligne ou
en présentiel

CONTACT

 itineraires@le-prado.fr

 <https://www.pro-fyl.fr/>

LOCALISATION



33 Boulevard Antonio Vivaldi, 42000 Saint-Étienne

LIEUX POUR DÉCOUVRIR TON PROJET PRO :



LA BOUSSELE DES MÉTIERS :

Adresse : 22 place Carnot à Lyon

Grâce à un coaching personnalisé (méthode Ikigai), tu pourras explorer des métiers en lien avec tes goûts, tes talents et ta personnalité.

🎯 Découvre différents secteurs (industriels, artisanaux, artistiques) via des parcours immersifs avec casques VR, tablettes, etc.

Plus d'informations sur <https://www.reelpourlavenir.fr/boussole-metiers/>

Contact : lpereira@reelpourlavenir.fr / 07 61 93 16 66

12 À 25 ANS

LA MISSION LOCALE :

Partout sur la Métropole de Lyon

Accompagnement pour ton insertion professionnelle :

💡 Orientation professionnelle : Aide pour définir ton projet et trouver des opportunités.

🎓 Formation et emploi : Accompagnement dans ta recherche de formation, stage ou emploi.

📄 Conseils pratiques : Aide pour ton CV, lettre de motivation et préparation aux entretiens.

Plus d'infos sur <https://www.missions-locales.org/>

POUR LES JEUNES 16-25 ANS,
QUI NE SONT PLUS SCOLARISÉS

LES SITES POUR CHERCHER DES IMMERSIONS :



Nous n'avons pas de partenaires dans tous les secteurs d'activité.

Si tu souhaites chercher un métier en particulier, voici les sites où faire tes recherches :

LA MAISON MÉTROPOLITAINE DE L'INNOVATION ET DE L'ENTREPRENEURIAT

Partout sur la Métropole de Lyon

La MMIE propose des immersions professionnelles et des ateliers de découverte qui te permettent de te plonger de nombreux secteurs d'activité.

Plus d'infos sur <https://lyonmetropole-mmie.fr/agenda>
(filtre avec rencontre métiers ou visite d'entreprise)

DÈS 15 ANS

IMMERSION FACILITÉE

Partout en France

Immersion Facile te permet de tester des métiers en entreprise en offrant des immersions professionnelles pour acquérir de l'expérience et voir si ça te correspond !

Plus d'infos sur <https://immersion-facile.beta.gouv.fr/>

DÈS 16 ANS

LE CV, C'EST QUOI ?

Un document qui **résume ton parcours**. Il présente qui tu es, ce que tu sais faire et ce que tu as accompli.



Dans un CV, tu indiques :

- > tes **informations personnelles** (nom, âge, contact),
- > tes **études**,
- > tes **expériences professionnelles** (stages, jobs d'été, bénévolat),
- > tes **compétences** (comme utiliser un ordinateur ou parler une langue).

Un CV permet aux recruteurs de mieux te connaître et de savoir si tu es la bonne personne pour un job ou une formation.





Amber MIYABE

Mon projet : Entrer en apprentissage
pour devenir peintre en bâtiment

PROFIL

Déterminée, sérieuse,
autonome et consciente du
travail qui m'attend, je suis
persuadée que je serais un
élément moteur au sein de
votre structure !

CONTACT

📍 200 rue du Prado, 69120
FONTAINES-SAINT-MARTIN

✉ amber.miyabe@gmail.com

☎ 07-00-01-02-03

🏠 28-09-2008 (16 ans)

CENTRES D'INTÉRÊT

SPORTS:

Danse, Boxe

LOISIRS:

Musée, bénévolat

EXPÉRIENCES

2023/2024

**LA LIGNE
VERTUOSE,
VILLEURBANNE**

STAGE EN MENUISERIE - 4 SEMAINES

- Préparation et assemblage des planches :
affleurer, coller, lameller, plaquer, défoncer
- Participation à des commandes de meubles
designs (table et cabane pour une crèche)
- Rangement des outils et nettoyage de l'atelier

2022/2023

**TREMLIN
BÂTIMENT,
LYON 6**

STAGE EN CARRELAGE - 1 SEMAINE

- Préparation de la chape
- Découpe et aide à la pose du carrelage
- Préparation et aide à la pose des joints
- Rangement et nettoyage du chantier

FORMATION

**2020/2024 - 6ème à la 3ème, collège Prado Itinéraires,
Fontaines-Saint-Martin**

2014 - ASSR 2

COMPÉTENCES

Langues : Français et arabes (langues maternelles)



Les éléments surlignés en jaune sont des informations personnelles à modifier avec tes informations



Amber MIYABE

Mon projet : Entrer en apprentissage pour devenir peintre en bâtiment

PROFIL

Déterminée, sérieuse, autonome et consciente du travail qui m'attend, je suis persuadée que je serais un élément moteur au sein de votre structure !

CONTACT



200 rue du Prado, 69120 FONTAINES-SAINT-MARTIN



amber.miyabe@gmail.com



07-00-01-02-03



28-09-2008 (16 ans)

CENTRES D'INTÉRÊT

SPORTS:

Danse, Boxe

LOISIRS:

Musée, bénévolat

EXPÉRIENCES



Classer les expériences de la plus à la moins récente

2023/2024

LA LIGNE
VERTUOSE,
VILLEURBANNE

STAGE EN MENUISERIE - 4 SEMAINES

- Préparation et assemblage des planches : afileur, coller, lameller, plaquer, défoncer
- Participation à des commandes de meubles designs (table et cabane pour une crèche)
- Rangement des outils et nettoyage de l'atelier

2022/2023

TREMLIN
BÂTIMENT,
LYON 6

STAGE EN CARRELAGE - 1 SEMAINE

- Préparation de la chape
- Découpe et aide à la pose du carrelage
- Préparation et aide à la pose des joints
- Rangement et nettoyage du chantier

FORMATION



Classer les formations de la plus à la moins récente

2020/2024 - 6ème à la 3ème, collège Prado Itinéraires, Fontaines-Saint-Martin

2014 - ASSR 2

COMPÉTENCES

Langues : Français et arabes (langues maternelles)

Retrouve ce modèle modifiable sur



LA LETTRE DE MOTIVATION, C'EST QUOI ?

Un document qui explique pourquoi tu veux un poste ou une formation et **pourquoi tu es la bonne personne** pour cela.

Tu y parles de :

- > **ton intérêt** pour l'entreprise ou la formation
- > **ce que tu sais faire** et ce que tu peux apporter
- > **pourquoi** ce job ou cette formation te correspond.

Elle doit montrer ton enthousiasme et donner envie au recruteur de te rencontrer.

C'est un complément important au CV.



Amber MIYABE

 200 rue du Prado, 69120
FONTAINES-SAINT-MARTIN

 amber.miyabe@gmail.com

 07-00-01-02-03

 28-09-2008 (16 ans)

Lyon, le 1er Janvier 2025,

Objet : Candidature pour un contrat d'apprentissage en peinture du bâtiment

Madame, Monsieur,

Actuellement en classe de troisième, je souhaite poursuivre mon parcours en apprentissage dans le domaine de la peinture en bâtiment au CFA Prado Itinéraires à Fontaines-Saint-Martin.

Lors de mes précédents stages, j'ai eu l'opportunité de découvrir divers métiers du bâtiment. L'année dernière, j'ai réalisé un stage de quatre semaines au sein de l'atelier La Ligne Vertuose, spécialisé dans la menuiserie avec des matériaux recyclés. J'ai aussi effectué un stage d'une semaine en tant que carreleur sur un chantier de Tremplin Bâtiment. Ces expériences m'ont permis d'apprendre à utiliser différentes machines (lamelleuse, défonceuse, affleureuse, plaqueuse de chant, ponceuse, colleuse) et d'acquérir des compétences en préparation du matériel, en pose de carrelage, en assemblage, ainsi qu'en nettoyage et manutention du matériel.

Je souhaite aujourd'hui me former à la peinture en bâtiment car j'aime le travail minutieux et créatif qu'il nécessite. Mon objectif est de participer activement à la rénovation des bâtiments en alliant apprentissage technique et travail en équipe.

Je suis quelqu'un de sérieux, attentive aux consignes et toujours prête à apprendre. Travailler en équipe me motive particulièrement, et je serais ravie de pouvoir évoluer dans un environnement professionnel comme le vôtre.

Dans l'attente d'une réponse que j'espère favorable, je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes salutations distinguées.

Amber Miyabe



Les éléments surlignés en jaune sont des informations personnelles à modifier avec tes informations

Amber MIYABE



200 rue du Prado, 69120
FONTAINES-SAINT-MARTIN



amber.miyabe@gmail.com



07-00-01-02-03



28-09-2008 (16 ans)

Lyon, le 1er Janvier 2025,

Objet : Candidature pour un contrat d'apprentissage en peinture du bâtiment

Madame, Monsieur,

situation actuelle
(formation)

Actuellement en classe de troisième, je souhaite poursuivre mon parcours en apprentissage dans le domaine de la peinture en bâtiment au CFA Prado Itinéraires à Fontaines-Saint-Martin.

ce que je sais faire
(expériences)

Lors de mes précédents stages, j'ai eu l'opportunité de découvrir divers métiers du bâtiment. L'année dernière, j'ai réalisé un stage de quatre semaines au sein de l'atelier La Ligne Vertuose, spécialisé dans la menuiserie avec des matériaux recyclés. J'ai aussi effectué un stage d'une semaine en tant que carreleur sur un chantier de Tremplin Bâtiment. Ces expériences m'ont permis d'apprendre à utiliser différentes machines (lamelleuse, défonceuse, affleureuse, plaqueuse de chant, ponceuse, colleuse) et d'acquérir des compétences en préparation du matériel, en pose de carrelage, en assemblage, ainsi qu'en nettoyage et manutention du matériel.

pourquoi ça
me correspond
(motivation)

Je souhaite aujourd'hui me former à la peinture en bâtiment car j'aime le travail minutieux et créatif qu'il nécessite. Mon objectif est de participer activement à la rénovation des bâtiments en alliant apprentissage technique et travail en équipe.

qualités
personnelles

Je suis quelqu'un de sérieux, attentive aux consignes et toujours prête à apprendre. Travailler en équipe me motive particulièrement, et je serais ravie de pouvoir évoluer dans un environnement professionnel comme le vôtre.

formule de
politesse

Dans l'attente d'une réponse que j'espère favorable, je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes salutations distinguées.

Amber Miyabe

Retrouve ce modèle modifiable sur



L'ENTRETIEN PROFESSIONNEL, C'EST QUOI ?

Une rencontre avec un recruteur pour discuter de ta candidature et de ta motivation pour un poste ou une formation.



Pendant l'entretien, tu vas :

- > **Parler de ton parcours**, de tes expériences et de tes compétences
- > **Expliquer pourquoi tu es intéressé.e** par le job ou la formation
- > **Répondre aux questions** du recruteur pour montrer que tu es la bonne personne pour le poste

L'entretien permet de te présenter, de montrer ton enthousiasme et de convaincre le recruteur que tu es la bonne personne pour le poste.

COMMENT PRÉPARER À UN ENTRETIEN



COMMENT PRÉPARER UN ENTRETIEN ?



Un bon entretien peut vraiment t'aider à décrocher un stage ou un emploi.

- 1) **Renseigne-toi** : Apprends ce que fait l'entreprise, ses projets, ses valeurs.
- 2) **Prépare ton parcours** : Sois prêt.e à parler de tes études, stages ou expériences perso.
- 3) **Montre ta motivation** : Explique pourquoi tu veux ce stage et ce que tu veux apprendre.
- 4) **Anticipe** : Prépare des réponses à des questions comme "Pourquoi ce stage ?"
- 5) **Pose des questions** : Demande, par exemple, quelles seront tes missions.
- 6) **Soigne ton look** : Habille-toi bien, sois à l'heure et fais bonne impression.
- 7) **Reste toi-même** : Souris, montre ton envie d'apprendre, même si tu es stressé.e.

QUELLES QUESTIONS PRÉPARER ?





QUELLES QUESTIONS PRÉPARER POUR UN ENTRETIEN ?

LES RECRUTEURS PEUVENT TE POSER CES QUESTIONS :

- Pourquoi as-tu choisi cette formation ?
- Qu'as-tu appris lors de tes précédents stages ou expériences ?
- Quelles sont tes qualités principales ?
- Quels sont tes points à améliorer ?
- Pourquoi as-tu choisi notre entreprise ?
- Préfères-tu travailler seul.e ou en équipe ?

TU PEUX LEUR POSER CES QUESTIONS :

- Quelles seront mes tâches principales ?
- Vais-je être encadré.e ou travailler en autonomie ?
- Quelles compétences pourrai-je développer pendant ce stage ?
- Est-il possible de visiter les locaux ?
- Avez-vous déjà embauché d'anciens stagiaires ?

QUI PEUT M'AIDER À PRÉPARER ?



OÙ TROUVER DE L'AIDE POUR TON CV, TA LETTRE ET TON ENTRETIEN ?

LA CRAVATE SOLIDAIRE :

Adresse : 60 Bd Marius Vivier Merle , Lyon 3e (à 10min de Gare Part-Dieu)

Atelier Coup de Pouce (2h - gratuit)

- ✨ Coaching image : Une tenue offerte pour briller en entretien.
- 💡 Coaching RH : Conseils pros pour booster tes compétences.
- 📷 Session photo : Une photo pro pour ton CV et tes réseaux.

Plus d'infos sur <https://lacravatesolidaire.org/lyon/> / 06 41 37 86 20

DÈS 15 ANS

LES OMBRES :

En ligne ou partout sur la métropole de Lyon : dans un café, bibliothèque...

Accompagnement (en moyenne 4 mois - 1 à 2h par semaine) :

- 💡 Coaching CV & Lettre de Motivation : Conseils pros pour booster ta candidature
- 🔗 Préparation aux entretiens : Présente-toi avec assurance et gère ton stress
- 👜 Conseils pratiques et soutien : Aide pour comprendre les attentes pro, trouver un stage, formations, jobs d'été, demander une bourse.
- 🌐 Aide au numérique : Accompagnement pour tes compétences numériques.

Plus d'infos sur <https://www.les-ombres.com/> / 07.49.79.47.10

POUR LES JEUNES DE L'ASE,
DÈS 14 ANS

LA SUITE, ICI



OÙ TROUVER DE L'AIDE POUR TON CV, TA LETTRE ET TON ENTRETIEN ?

OBJECTIF RÉUSSIR APPRENTISSAGE :

Partout sur la Métropole de Lyon : dans un café, bibliothèque...

Accompagnement par un senior pour réussir ton apprentissage :

- 💡 Recherche d'apprentissage : Conseils pour dénicher le contrat qui te correspond.
- 🎓 Accompagnement personnalisé : Orientation vers la formation idéale et soutien pratique.
- 📖 Ressources pratiques : Aide à la rédaction de ton CV, lettre de motivation et démarches.

Plus d'infos sur <https://objectifreussirapprentissage.fr/>

**POUR LES JEUNES 16-29 ANS,
EN RECHERCHE D'APPRENTISSAGE**