

Capsule 5 'Je prends contact'

Activité écrite

Les moments-clés de votre parcours

Document stagiaire

Pour pouvoir vous présenter, valoriser vos atouts, vos spécificités et commencer à construire votre projet professionnel, il peut être utile de sélectionner des mots-clés qui caractérisent votre métier, vos expériences passées et votre parcours.

Avec l'aide de votre formateur, remplissez la fiche 'Les moments-clés de votre carrière' extraite du passeport orientation/formation de Pôle Emploi.

Vous devez décrire les expériences professionnelles et extra-professionnelles qui vous ont marqué. Pour cela, décrivez la situation (où, quand, les circonstances...), expliquez votre rôle, listez les tâches effectuées (verbes d'action) puis présentez vos résultats.

Pour vous aider, pensez à utiliser des verbes d'action. La liste ci-dessous propose des exemples.

Monter	Décorer
Fabriquer	Agencer
Façonner	Construire
Couper	Démolir
Usiner	Creuser
Imprimer	Extraire
Appliquer	Poser
Assembler	Installer
Accueillir	Porter
Informar	Transporter
Accompagner	Nettoyer
Entretenir	Concevoir
Observer	Développer
Transmettre	Mesurer
Stimuler	Ecrire
Nettoyer	Composer
Désinfecter	
Ecouter	Coordonner
Aider	Manager
Assister	Conduire
Secourir	Transporter
Soigner	Cuisiner
Contrôler	Cultiver
Appliquer	Planter
Surveiller	Labourer
Vérifier	
Signaler	