

PARCOURS-METIER.NORMANDIE.FR / ORIENTATION

# Parcours Métier

## 4<sup>e</sup> SALON DE L'ORIENTATION ET DES MÉTIERS

2, 3 ET 4 FÉVRIER 2023



## LE QUIZ DU SALON



# EXPLORE'TOI !

LE QUIZ POUR PRÉPARER TA VISITE

Le quiz Explore'toi te permet d'en apprendre plus sur ton caractère et ta personnalité, tes compétences, tes centres d'intérêt et tes envies pour l'avenir.

**Le jour du salon, récupère à l'accueil la carte «Parcours innovant» correspondant à tes résultats et suis le parcours proposé à travers les pôles.**

Pour aller plus loin, à la fin de ce livret, découvre ta **checklist de l'orientation !**

## TA PERSONNALITÉ

ESSAYONS DE DÉTERMINER LES CARACTÉRISTIQUES QUI FONT DE TOI UNE PERSONNE UNIQUE

Pour chacune de ces séries, **entoure la proposition qui correspond le plus à ta personnalité.** Attention, tu ne peux entourer qu'une seule proposition par série.

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve de patience   | <input type="checkbox"/> Je suis une personne extravertie | <input type="checkbox"/> Je fais preuve de persuasion |
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve d'objectivité | <input type="checkbox"/> Je suis à l'écoute des autres    | <input type="checkbox"/> Je suis méthodique           |

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Je travaille avec précision    | <input type="checkbox"/> Je suis sensible               | <input type="checkbox"/> Je suis une personne audacieuse |
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve de persévérance | <input type="checkbox"/> J'ai un caractère bienveillant | <input type="checkbox"/> Je travaille avec minutie       |

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Je suis dynamique              | <input type="checkbox"/> J'ai un caractère indépendant | <input type="checkbox"/> J'ai confiance en moi           |
| <input type="checkbox"/> Je suis quelqu'un de rationnel | <input type="checkbox"/> Je suis à l'écoute            | <input type="checkbox"/> Je réfléchis sur ce que je fais |

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve d'habileté     | <input type="checkbox"/> Je fais preuve d'inventivité | <input type="checkbox"/> J'ai de l'ambition              |
| <input type="checkbox"/> J'aime être juste / équitable | <input type="checkbox"/> Je suis agréable             | <input type="checkbox"/> Je travaille toujours avec soin |

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Je suis quelqu'un d'appliqué | <input type="checkbox"/> J'ai beaucoup d'imagination | <input type="checkbox"/> Je suis dynamique               |
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve de curiosité  | <input type="checkbox"/> J'ai l'esprit coopératif    | <input type="checkbox"/> Je porte attention à l'autorité |

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> J'ai le sens pratique  | <input type="checkbox"/> Je fonctionne à l'intuition    | <input type="checkbox"/> J'ai un caractère déterminé |
| <input type="checkbox"/> J'ai l'esprit critique | <input type="checkbox"/> Je suis quelqu'un de convivial | <input type="checkbox"/> Je fais preuve de précision |

# TES COMPÉTENCES

AJOUTONS UN SOUPÇON DE COMPÉTENCES À TA PERSONNALITÉ  
POUR DÉTERMINER TES DOMAINES DE PRÉDILECTION

Pour chacune de ces séries, **entoure la proposition qui correspond le plus à tes compétences.**  
Attention, tu ne peux entourer qu'une seule proposition par série.

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> J'ai des facilités pour le sport | <input type="checkbox"/> Je sais rassurer                       |
| <input type="checkbox"/> Je suis plutôt logique           | <input type="checkbox"/> J'ai des qualités pour mener un groupe |
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve de créativité     | <input type="checkbox"/> Je travaille mes leçons régulièrement  |

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Je suis adroit de mes mains                  | <input type="checkbox"/> Je sais rendre service                    |
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve de précision et d'objectivité | <input type="checkbox"/> Dans un groupe, je sais mener les projets |
| <input type="checkbox"/> Je sens les désaccords dans un groupe        | <input type="checkbox"/> Je sais prévoir et m'organiser            |

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Je sais remettre en état des objets   | <input type="checkbox"/> Je sais travailler en groupe     |
| <input type="checkbox"/> Je comprends les attendus d'un devoir | <input type="checkbox"/> Je sais convaincre mon entourage |
| <input type="checkbox"/> Je sais rédiger des histoires         | <input type="checkbox"/> Je respecte les instructions     |

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Je sais faire marcher un appareil facilement | <input type="checkbox"/> Après des tensions, je sais réunir les personnes |
| <input type="checkbox"/> Je sais gérer les informations que je reçois | <input type="checkbox"/> Je sais être force de proposition                |
| <input type="checkbox"/> Je sais un certain sens artistique           | <input type="checkbox"/> J'ai des qualités d'organisation                 |

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Je fais preuve d'endurance                      | <input type="checkbox"/> Je comprends facilement les autres     |
| <input type="checkbox"/> Si je ne comprends pas, je cherche des réponses | <input type="checkbox"/> Je mène souvent les conversations      |
| <input type="checkbox"/> Je sais transcrire mes émotions dans un art     | <input type="checkbox"/> Je termine toujours ce que je commence |

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Je bricole facilement                | <input type="checkbox"/> Je sais facilement intégrer de nouvelles personnes |
| <input type="checkbox"/> Je perçois bien les plans d'un texte | <input type="checkbox"/> Je suis méthodique dans mon travail                |
| <input type="checkbox"/> J'ai le sens de l'esthétique         | <input type="checkbox"/> Je mets régulièrement mon agenda à jour            |

## FAISONS LE POINT SUR TES RÉPONSES (PERSONNALITÉ & COMPÉTENCES)

Pour faciliter le calcul final des résultats, reporte le nombre de couleurs entourées dans chaque série

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
.....	.....	.....	.....	.....	.....

LA SUITE C'EST PAR ICI →

# TES CENTRES D'INTÉRÊT

TROUVONS ENSEMBLE LES ACTIVITÉS DANS LESQUELS  
TU AIMES PASSER LE PLUS DE TEMPS

Pour chacune de ces séries, *entoure la proposition qui correspond le plus à tes centres d'intérêt.*  
Attention, tu ne peux entourer qu'une seule proposition par série.

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Me balader dans la nature                      | <input type="checkbox"/> Me faire des copains                       |
| <input type="checkbox"/> Etudier les sciences du monde et de l'humanité | <input type="checkbox"/> M'adapter aux situations                   |
| <input type="checkbox"/> Jouer de la musique                            | <input type="checkbox"/> Travailler avec des chiffres, des tableaux |

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Pratiquer des activités concrètes       | <input type="checkbox"/> Conseiller les autres        |
| <input type="checkbox"/> Résoudre des équations et des problèmes | <input type="checkbox"/> Acheter, négocier les tarifs |
| <input type="checkbox"/> Montrer mes sentiments                  | <input type="checkbox"/> Ordonner mes affaires        |

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Remettre en état un objet            | <input type="checkbox"/> Echanger avec les autres            |
| <input type="checkbox"/> Créer ou perfectionner               | <input type="checkbox"/> Répartir les activités d'une équipe |
| <input type="checkbox"/> Innover ou développer des techniques | <input type="checkbox"/> Suivre les règles                   |

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Manipuler des outils                 | <input type="checkbox"/> Partager du temps avec des amis |
| <input type="checkbox"/> Découvrir comment marche un appareil | <input type="checkbox"/> Faire des propositions          |
| <input type="checkbox"/> Diversifier mes activités            | <input type="checkbox"/> Suivre des étapes précises      |

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Fabriquer des objets               | <input type="checkbox"/> Communiquer avec mes amis  |
| <input type="checkbox"/> Faire des recherches d'information | <input type="checkbox"/> Convaincre mon entourage   |
| <input type="checkbox"/> Être créatif                       | <input type="checkbox"/> Réaliser un travail soigné |

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Pratiquer un sport                | <input type="checkbox"/> Etre en contact avec les autres |
| <input type="checkbox"/> Réfléchir avant d'agir            | <input type="checkbox"/> Mener un groupe                 |
| <input type="checkbox"/> Pratiquer une activité artistique | <input type="checkbox"/> Etablir un planning             |



## ENVIE D'APPROFONDIR ?

Continue ta découverte des Métiers avec l'Agence de l'Orientation et des Métiers :

- **Destination-Metier.fr** : Des infos sur les métiers, des témoignages, et la possibilité de rencontrer un ambassadeur métier/formation et de réaliser un stage en entreprise
- **Numéro Gratuit Pacours-Métier** : 0 800 05 00 00, Des conseillers vous répondent sur votre orientation / formation.

# TES ENVIES POUR L'AVENIR

POUR CONCLURE CE QUESTIONNAIRE,  
PARLE-NOUS DE TES ENVIES POUR L'AVENIR

Pour chacune de ces séries, **entoure la proposition qui correspond le plus à tes envies**.  
Attention, tu ne peux entourer qu'une seule proposition par série.

- Travailler en contact avec la nature
- Concevoir des nouvelles technologies
- Elaborer une oeuvre d'art

- Soigner les autres
- Être mon propre patron
- Travailler dans une administration

- Réaliser des opérations d'entretien d'un véhicule
- Développer des connaissances
- Me distinguer

- Aider ceux qui sont dans le besoin
- Mener des projets
- Produire un travail méthodique et rigoureux

- Remettre en état des appareils
- Créer un programme informatique
- Créer ou partager des informations

- Être à l'écoute des autres
- Voyager pour le travail
- Faire appliquer l'ordre et la loi

- Créer des objets
- Travailler dans la recherche
- Exercer dans le domaine artistique

- Enseigner ou partager des connaissances
- Coordonner une équipe
- Assurer la protection des personnes et des biens

- Faire du sport
- Elaborer de nouveaux produits ou solutions
- Travailler dans la décoration

- Apporter mon aide aux gens
- Réaliser des ventes
- Travailler dans un bureau

- Travailler avec les animaux
- Analyser et expliquer des résultats
- Exercer dans le domaine artistique

- Partager ce que je sais avec d'autres personnes
- Faire le lien entre les membres d'une équipe
- Arbitrer des désaccords entre des personnes

## FAISONS LE POINT SUR TES RÉPONSES (CENTRES D'INTÉRÊT & ENVIES POUR L'AVENIR)

Pour faciliter le calcul final des résultats, reporte le nombre de couleurs entourées dans chaque série



.....

.....

.....

.....

.....







.....

PASSONS AUX RÉSULTATS →

# LES RÉSULTATS

FÉLICITATIONS, TU AS TERMINÉ LE QUIZ !  
PASSONS AUX RÉSULTATS

Reporte la somme des résultats précédents dans ce tableau pour calculer ton meilleur score.

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

Pour connaître la liste des pôles métiers que tu devrais visiter en priorité, regarde les catégories dans lesquelles tu as fait le plus de points.

**Le jour du salon, tu pourras retirer à l'accueil la carte «Parcours innovant» correspondant à tes résultats. Cette carte te permettra de suivre le parcours personnalisé à travers 6 pôles proposés ici.**

Tu devras noter dessus 2 métiers par pôle visité et te rendre ensuite à la maison de l'Orienteur, des Métiers et de la formation et finir ta visite sur l'espace «Inspiration'S et Ambition'S».

N'hésite toutefois pas à visiter les autres pôles pour découvrir d'autres métiers qui pourraient t'intéresser !







## AVEC UNE MAJORITÉ DE JAUNE, TU AIMES **PRODUIRE, RÉPARER, CONSTRUIRE**

Tu peux cocher sur le plan du salon les pôles suivants pour les visiter en priorité :

-  Industrie
-  Energies
-  Vivant et Nature
-  Maritime et Portuaire
-  Automobile, Transport, Logistique et Maintenance des Matériels
-  Bâtiment, Travaux Publics et Matériaux de Construction

## AVEC UNE MAJORITÉ DE ROUGE, TU AIMES **CHERCHER, DÉVELOPPER, INNOVER**

Tu peux cocher sur le plan du salon les pôles suivants pour les visiter en priorité :

-  Communication, Médias et Numérique
-  Enseignement et Formation
-  Energies
-  Sport et Animation
-  Industrie
-  Automobile, Transport, Logistique et Maintenance des Matériels

AVEC UNE MAJORITÉ DE VERT, TU AIMES **SOIGNER, AIDER, FORMER, ENSEIGNER, ANIMER**

Tu peux cocher sur le plan du salon les pôles suivants pour les visiter en priorité :

- Santé et Social
- Enseignement et Formation
- Sport et Animation
- Fonction Publique
- Vivant et Nature
- Commerce et Services

AVEC UNE MAJORITÉ DE ROSE, TU AIMES **VENDRE, ORGANISER, ENTREPRENDRE, CALCULER**

Tu peux cocher sur le plan du salon les pôles suivants pour les visiter en priorité :

- Alimentation, Hôtellerie et Restauration
- Commerce et Services
- Vivant et Nature
- Automobile, Transport, Logistique et Maintenance des Matériels
- Sport et Animation
- Fonction Publique

AVEC UNE MAJORITÉ DE VIOLET, TU AIMES **DIRIGER, GÉRER, SURVEILLER**

Tu peux cocher sur le plan du salon les pôles suivants pour les visiter en priorité :

- Sécurité, Défense, Droit et Justice
- Commerce et Services
- Fonction Publique
- Enseignement et Formation
- Industrie
- Automobile, Transport, Logistique et Matériaux de Construction

AVEC UNE MAJORITÉ DE TURQUOISE, TU AIMES **CRÉER, COMMUNIQUER**

Tu peux cocher sur le plan du salon les pôles suivants pour les visiter en priorité :

- Communication, Médias et Numérique
- Art, Culture et Tourisme
- Alimentation, Hôtellerie et Restauration
- Sport et Animation
- Vivant et Nature
- Enseignement et Formation

# CHECK-LIST DE L'ORIENTATION

MIEUX VAUT NE PAS CONSTRUIRE TON PROJET D'ORIENTATION  
EN FONÇANT TÊTE BAISSÉE !

Voici quelques conseils pour ne pas perdre de vue ton objectif :



## SE CONNAITRE

Quelles sont tes passions ? Quels sont tes centres d'intérêt ?  
Quels sont tes qualités et tes points faibles ? Que sais-tu faire ?



## S'ÉCOUTER

Ton futur, tu le vois comment ? Quelles sont tes passions ?



## PRENDRE DE L'ALTITUDE

Ne te mets aucune barrière. Sois ambitieux !



## ELARGIR SON HORIZON

Des métiers te font envie, découvre-les vite !  
Documente-toi, fais tes recherches ! Sois curieux !



## RENCONTRER DES PROFESSIONNELS

Echange avec des personnes dont c'est le métier. Pose des questions sur leurs parcours.  
Crée toi un réseau de connaissances.



## S'IMMERGER

Fais des stages même pendant les vacances. Participe aux portes ouvertes des établissements.



## RENCONTRER UN CONSEILLER

Pour t'aider à construire ton projet rencontre un professionnel de l'orientation.  
Participe à des forums en préparant ta visite.



## CHANGER D'AVIS

On ne se trompe jamais on apprend !



## NE PAS PERDRE LE NORD

Une fois lancé, tu devras t'investir dans ce projet et le faire grandir.



## NE PAS AVOIR PEUR DE L'AVENIR

Fais toi confiance ! Ton avenir te propose de belles surprises.  
Tu exerceras plusieurs métiers, alors no-stress.



# PRISE DE NOTES

MIEUX VAUT PRENDRE QUELQUES NOTES  
POUR NE RIEN OUBLIER D'ESSENTIEL AVANT TA VISITE

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

