

[S'INFORMER, SE CONNAÎTRE, S'ORIENTER]

COMMENT AIDER VOTRE ENFANT DANS SON CHOIX PROFESSIONNEL ?

**Le processus du choix professionnel
et
les prestations de l'orientation professionnelle**

André Hungerbuehler
Chef du centre d'orientation scolaire et professionnelle
Région OUEST

LES SITUATIONS DANS LESQUELLES JE PEUX ME TROUVER

- Je n'ai aucune idée de ce que je veux faire plus tard...
- J'ai une idée mais je ne suis pas sûr-e que cela me plaise vraiment...
- J'ai plusieurs idées mais je ne sais pas comment choisir...
- J'ai une idée mais je ne sais pas comment y arriver...
- ...

Comment m'y prendre?



POUR CHOISIR, JE DOIS BIEN ME CONNAÎTRE

Je mets en relation ma personnalité et les métiers qui m'intéressent.

Je dois tout le temps bouger, je n'aime pas rester sur place.



Est-ce que le métier d'employé-e de commerce est fait pour moi ?

J'aime aider les gens et quand ils sont malades, je veux absolument faire quelque chose pour eux.



Est-ce que le métier d'assistant-e en soins et santé communautaire est fait pour moi ?

Je suis quelqu'un qui a le contact facile et je dois bouger pour être bien



Est-ce que le métier de gestionnaire du commerce de détail est fait pour moi ?

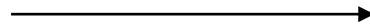
J'ai le vertige dès que je monte sur une chaise.



Est-ce que le métier de charpentier-ière est fait pour moi ?

LES ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE

Soi



Sous contrôle de la
personne

- Aptitudes = ce que je fais bien
- Intérêts = ce que j'aime bien
- Personnalité = qui je suis
- Valeurs = ce qui est important pour moi
- Santé = ma forme physique ou psychologique

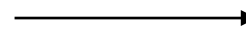
Entretiens / Tests

EXPLORATION DE SOI



LES ÉLÉMENTS À PRENDRE EN COMPTE

Métiers - Formations



Hors du contrôle
de la personne

- Activités
- Durée
- Formation
- Conditions (lieu, salaire, horaires, etc.)
- Perfectionnements
- Marché de l'emploi

Information / Documentation

Fiches et brochures sur les métiers et les formations

EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT

Documentation

orientation.ch Cuisinier CFC Cuisinière CFC

Description

Le cuisinier ou la cuisinière apprennent des mets chauds ou froids destinés à la clientèle de divers établissements: restaurants, hôtels, homes, hôtels, etc. Ils commandent les denrées alimentaires, en contrôlent la qualité et la quantité, les transforment ou les entreposent en respectant les règles d'hygiène. Ils composent les menus, décorent et présentent les plats avec goût.

Leurs tâches principales consistent à:

- élaborer des plats et des menus en fonction des saisons, des produits, de la clientèle, etc.
- créer des recettes, essayer divers produits pour renouveler la carte du restaurant, appliquer les principes diététiques pour une alimentation saine et équilibrée.
- évaluer les quantités de marchandises à commander en fonction des recettes, des réservations et des provisions de vente;
- contrôler les denrées alimentaires reçues et en déterminer la qualité en fonction de critères connus (origine, méthode de culture, fraîcheur, etc.).
- préparer ou superviser la préparation des aliments à cuire: épicer les légumes, les laver, couper la viande, déterminer la quantité de divers ingrédients, etc.
- apprendre les mets qui composent le menu: potage, salade, viande, légumes, dessert, etc., en utilisant les appareils et les ustensiles appropriés.
- appliquer diverses méthodes de cuisson: blanchir, rissoler, pocher, étouffer, braiser, griller, etc.
- garnir les plats ou les assiettes avec soles; les servir au personnel du service.

Organisation et gestion

- calculer les coûts, fixer la marge de bénéfice;
- commander les marchandises en tenant compte des besoins de l'établissement.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Le cuisinier ou la cuisinière travaille en équipe, souvent en contact avec la clientèle.

Formation

La formation de cuisinier ou de cuisinière s'acquiert par un apprentissage.

Lieu

- formation pratique (4 jours par semaine) dans un restaurant ou un hôtel ouvert à l'année ou saisonnier.
- formation théorique (1 jour par semaine) à l'école professionnelle ou, si l'apprentissage se fait dans un établissement scolaire: 2 fois 4 à 5 semaines de cours intercantonaux par année; cours interentreprises (20 jours sur 3 ans).

Durée

- 3 ans.

Conditions d'admission

- scolarité obligatoire achevée;
- certaines entreprises ou écoles recourent à un examen d'admission.

Titre obtenu

- certificat fédéral de cuisine ou de cuisinière.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.

Possibilité d'être employé pendant l'apprentissage.



Plus de 600 métiers en Suisse !

Où?
Au CIEP!



www.vd.ch/orientation

S'informer sur les métiers et les formations

Rechercher un métier

RECHERCHER

[Recherche avancée](#)



- [Pour les élèves de la scolarité obligatoire](#)
- [Pour les jeunes sans solution de formation après l'école obligatoire \(T1\)](#)
- [Pour les gymnasiens-ne-s](#)
- [Pour les adultes](#)
- [Pour les personnes arrivées récemment dans le canton de Vaud](#)
- [Pour les parents](#)
- [Pour les enseignant-e-s](#)

[S'orienter, comment faire?](#)

[Chercher une place d'apprentissage \(lettres, cv, etc.\)](#)

[Connaître les délais d'inscription et se préparer aux examens d'admission](#)

[Faire des stages](#)

[Connaître les différentes filières de formation](#)


[Comment changer de métier, se réorienter?](#)

[Télécharger les publications de l'OCOSP](#)

EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT



www.orientation.ch



orientation .ch

Rechercher Connexion DE FR IT RM

Professions Formations Travail et emploi

Accès direct

Le portail officiel suisse d'information de l'orientation professionnelle, universitaire et de carrière

Pour toutes les questions concernant les places d'apprentissage, les professions et les formations

> Rechercher une place d'apprentissage
 39'708 places disponibles en Suisse

> Rechercher une profession
 646 professions et fonctions

> Rechercher une formation
 25'571 offres de formation

Accès direct

- > Ecoliers
- > Gymnasiens
- > En emploi
- > Apprentis
- > En maturité professionnelle
- > A l'école de culture générale
- > Etudiants
- > En recherche d'emploi
- > De l'étranger
- > Parents
- > Enseignant/e
- > Conseiller/ère

Explorateur des métiers

Pour commencer ton choix professionnel: avec l'Explorateur des métiers, découvre des professions inconnues.

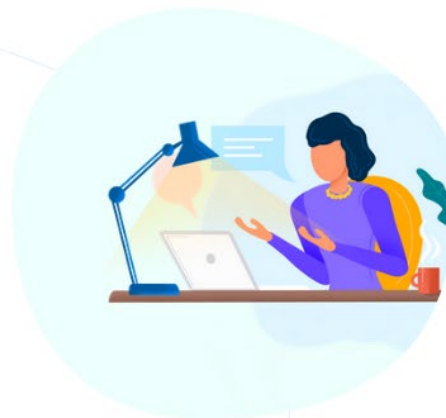
EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT

Accueil

zoom-vd.ch

**Regardez, écoutez...
Découvrez!**

Des formats divers pour se renseigner sur une multitude de métiers et les diverses filières de formation existantes pour les atteindre. Découvrez ci-dessous, les toutes dernières nouveautés!



Zoom sur les métiers

Réalisateur / Réalisatrice publicitaire



Podcasts

**Maître socio-professionnel /
Maîtresse socio-professionnelle**

Au cœur de cette profession, un soutien et une aide pour celles et ceux qui connaissent des difficultés dans leurs



EXPLORATION DE L'ENVIRONNEMENT



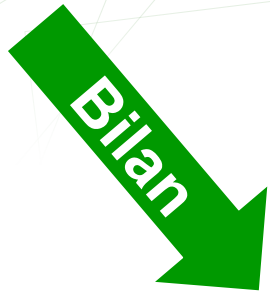
**Rencontrer et
discuter
avec des
professionnels et
son entourage**

info métiers



**Les salons
des métiers,
les stages**

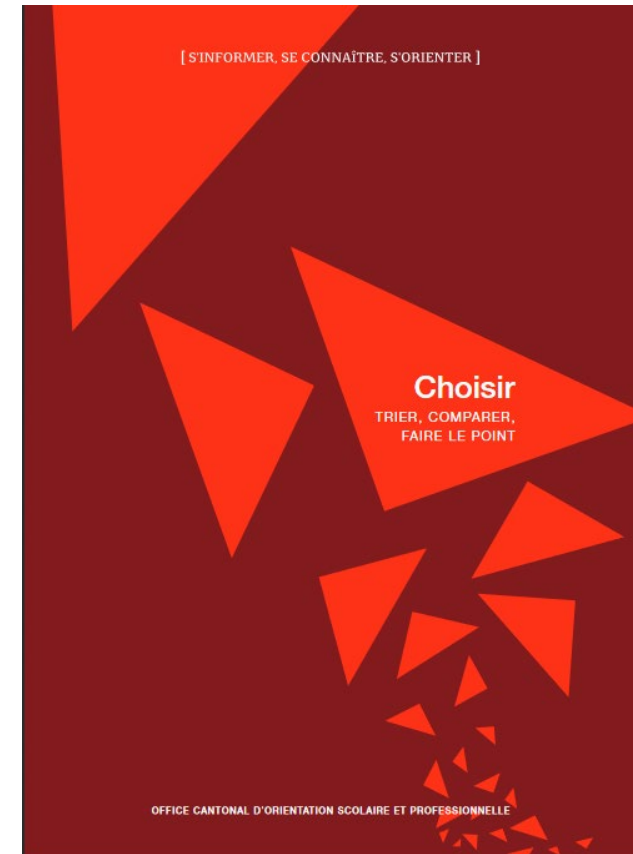




ÉLABORATION DES CHOIX

- Je reprends les idées explorées
- Je les compare
- Je les classe par préférence
- J'essaie de faire ressortir quelques projets réalistes

Liens Soi – Environnement



POUR CHOISIR, JE FAIS UN STAGE !

Faire un stage permet aussi de mieux se connaître

Je sais faire plein de choses mais je ne sais pas lesquelles me sont utiles dans le monde du travail

Je découvre un métier tel qu'il est

J'ai une idée de métier, je me suis renseigné sur vd.ch/orientation et j'ai regardé le Zoom ... maintenant je le teste

Je me rends compte des attentes du monde professionnel

Qu'est-ce qu'un patron / responsable de stage attend de moi ?

MON GUIDE PRATIQUE DE STAGE

Etape 1

Je m'informe et
j'explore les
métiers

Etape 2

Je réfléchis à mes
intérêts et mes
qualités

Les stages

Ils permettent d'explorer
le monde du travail, un
métier, mais aussi de
« s'explorer soi-même »



Annexes



RÉALISATION DES PROJETS

J'effectue les démarches pour réaliser mes projets

- Recherche d'une place d'apprentissage
- Inscriptions dans les écoles
- Curriculum Vitae
- Lettres de motivation
- Préparation aux examens
- Tests d'aptitudes
- Stages de sélection
- Entretiens téléphoniques
- Etc.



ÉTAPES

FACULTÉS

Idéal

Réalité

Explorer

Curiosité

Trier

Analyse

Prioriser

Synthèse

Réaliser

Action



LES ATTITUDES AIDANTES

- Écouter
- Révéler le jeune à lui-même
- Accepter des bifurcations soudaines
- Éviter la radicalisation



LES PRESTATIONS



- Prestations d'orientation
en 10^e et 11^e
- Prestations liées à la Transition 1
(T1)

PRESTATIONS D'ORIENTATION EN 10^e ET 11^e

PRESTATIONS D'ORIENTATION ECO-T1

LE PROCESSUS D'ORIENTATION EN ÉCOLE OBLIGATOIRE

- **Prestations individuelles**
 - Entretiens (avec ou sans les parents)
 - Soutien individualisé à la demande selon pertinence

- **Prestations collectives**
 - Passages en classe (informations, tests d'intérêts, projets de chacun)
 - Visite du CIEP
 - Info-Métiers
 - Salon des métiers
 - Nuit de l'apprentissage

PRESTATIONS D'ORIENTATION ECO-T1

LE PROCESSUS D'ORIENTATION EN ÉCOLE OBLIGATOIRE

10e

**Sensibilisation,
susciter la réflexion**

- Connaissance de soi
- Information sur les métiers & formations
- Stages d'orientation

11e

**Accompagner
l'action**

- Recherche de place d'apprentissage ou choix d'option au gymnase
- Examens d'admission et entretiens d'embauche
- Stages d'insertion / de sélection

RAC I & II

- Aide à la recherche d'une solution de formation

PRESTATIONS LIÉES À LA TRANSITION 1 (T1)



TRANSITION 1

DÉFINITIONS ET BUTS

Transition 1

Phase de transition plus ou moins durable entre la scolarité obligatoire et la formation postobligatoire (CFC, AFP, études gymnasiales (ECG, EC, EM)).

Public

- 15 à 25 ans
- Sans qualification du secondaire 2
- Sans solution de formation

Objectifs

- Intégration socioprofessionnelle par la formation professionnelle
- Ne vise pas à l'insertion professionnelle directe

Moyens

- Réception et clarification centralisées des demandes
- Insertion en formation professionnelle, au besoin via des mesures de transition

CASE MANAGEMENT FORMATION PROFESSIONNELLE

PHASES DU DISPOSITIF ECO-T1 - AUTOMNE ET HIVER

Phase d'automne

- Lancer le processus et les contacts avec les maître-sse-s de classe.
- Inventorier l'avancement des projets des élèves.
- Identifier les élèves qui pourraient relever d'une prise en charge spécifique (OES, AI, SPJ, etc.).

Phase d'hiver

- Identifier les élèves en grandes difficultés d'insertion en vue d'une demande d'admission anticipée et prioritaire dans une mesure de Transition 1 (COFOP, EdT SAS).

CASE MANAGEMENT FORMATION PROFESSIONNELLE

PHASES DU DISPOSITIF ECO-T1 - PRINTEMPS ET ÉTÉ

Phase de printemps

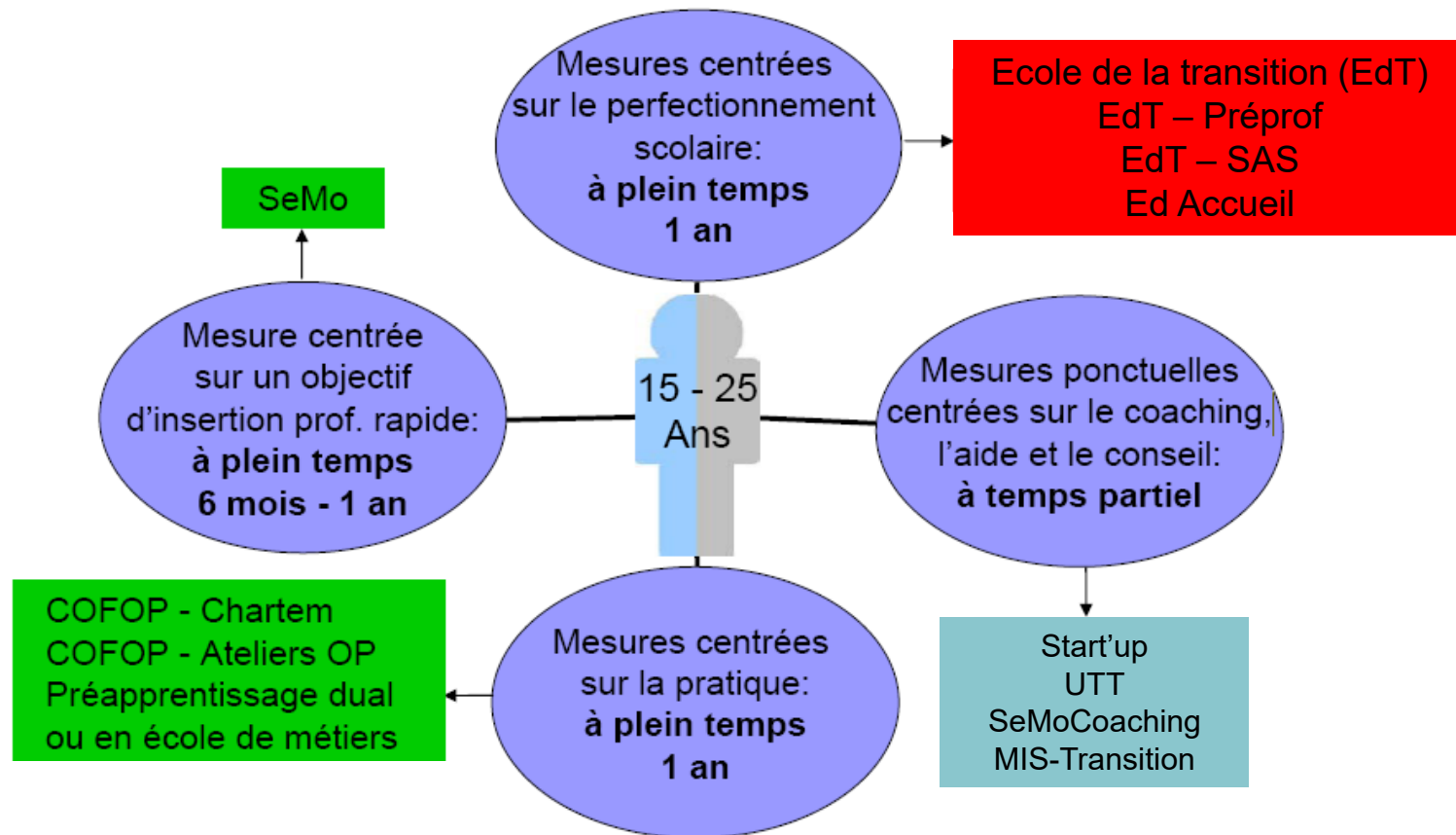
- Remobiliser les élèves autour de la recherche d'une solution de formation ou d'études, en informant notamment sur les places restantes dans la bourse des places d'apprentissage.
- Permettre aux élèves sans solution de formation confirmée d'effectuer une demande d'admission dans une mesure de transition (Ecole de la Transition - EdT, SeMo).

Phase d'été

- Identifier les élèves sans solution au terme de l'année scolaire.
- Proposer des actions spécifiques aux élèves sans solution d'insertion au terme de l'année scolaire.

TRANSITION 1

LE SYSTÈME VAUDOIS DE LA T1 – LES MESURES T1



ET POUR CONCLURE



**AVEC MES REMERCIEMENTS
ET EN VOUS SOUHAITANT
UNE EXCELLENTE
FIN DE SOIRÉE !**

