

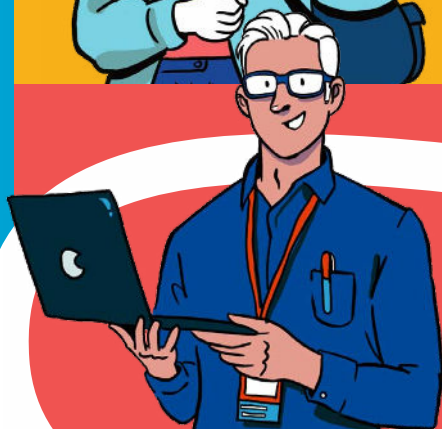


PASSEPORT



orientation

TOUT POUR T'AIDER
À CONSTRUIRE TON AVENIR



CESI
ÉCOLE D'INGÉNIEURS

ÉDITO

UN PASSEPORT, POUR QUOI FAIRE ?

Ce passeport t'accompagne dans chaque étape de ta réflexion d'orientation. Il t'aide à mieux te connaître, à explorer des secteurs, des métiers et des formations qui te correspondent. Tu y trouveras des quiz, des témoignages, des focus métiers, des défis à relever et plein d'autres ressources pour avancer à ton rythme.

COMMENT L'UTILISER ?

Ce passeport est le tien. Tu peux l'annoter, le surligner, coller des post-it, y revenir quand tu veux. Il n'y a pas d'ordre à suivre. C'est un outil vivant, pour t'aider à tracer ta route et faire des choix qui te ressemblent.



MON PROFIL DE DÉPART :

Nom :

Prénom :

Lycée :

Classe :

Spécialités :

Options suivies :

.....

.....

Engagement(s) citoyen(s) :

.....

.....

.....



Sommaire

L'ORIENTATION : OÙ EN ES-TU ?	p. 2 - 3
SE CONNAÎTRE POUR MIEUX S'ORIENTER	p. 4 - 5
DÉCOUVRIR L'ENVERS DES MÉTIERS ET FORMATIONS	p. 6 - 7
EXPLORER LES NOMBREUSES VOIES D'ORIENTATION	p. 8 - 9
LES FILIÈRES ET MÉTIERS DE DEMAIN	p. 10 - 11
INGÉNIEUR : UN MÉTIER, PLUSIEURS CHEMINS D'ACCÈS	p. 12 - 13
À TOI DE JOUER : PASSE À L'ACTION !	p. 14 - 15
TA CHECK-LIST ORIENTATION	p. 16

L'ORIENTATION : OÙ EN ES-TU ?

Lycéen en terminale, première ou même seconde, tu ne sais pas encore ce que tu veux faire plus tard ? Tu n'es pas seul ! L'orientation, c'est un chemin qui se construit petit à petit. On commence par se poser les bonnes questions... et on avance à son rythme !



???

QUIZ

Quel pourcentage de lycéens ont déjà une idée de leur orientation post-bac en entrant au lycée ? 40 %, 50 % ou 60 % ?

Réponse : 40 % (selon une enquête Diplomeo 2024, 54 % des lycéens affirment également que leur choix a évolué depuis la seconde).

TES QUESTIONS

NOS RÉPONSES

1

À quel moment faut-il commencer à y penser ?

1

Le plus tôt est le mieux. Tu pourras avancer à ton rythme, découvrir tes atouts, tester des idées, affiner ton projet.

2

Par où commencer ?

2

Par toi : identifie tes goûts, tes valeurs, ce qui te fait vibrer. Apprendre à te connaître, c'est la base pour faire des choix éclairés.

3

Qui peut m'aider ?

3

Demande conseil autour de toi : professeur principal, conseiller d'orientation, parents, proches... Et si des pros ou des figures t'inspirent, tu peux explorer leur parcours.

4

Et si je me trompe ?

4

Ce n'est pas grave. L'orientation ne suit pas toujours une ligne droite. Ce qui compte, c'est d'apprendre et de rebondir. Il est très rare aujourd'hui d'exercer un seul métier toute sa vie !



Zoom sur LE COACHING

Un coach en orientation peut t'aider à mieux te connaître, à comprendre ce qui t'anime, ce que tu veux apprendre, et pourquoi. Il peut s'agir d'une personne que tu rencontres ou d'un outil numérique (application, plateforme en ligne) qui t'accompagne dans tes réflexions.

Son rôle : te guider et non décider à ta place.

Au micro

Emmanuelle PAPAÏS,
Chargée des relations candidats-entreprises à CESI et coach en orientation

Comment choisir son parcours d'orientation ?

« C'est à toi de réfléchir et de décider ce que tu veux faire et où tu veux être dans 3 à 5 ans. Tu ne choisis pas un simple parcours de formation, mais un métier, une fonction. Pour savoir où tu veux aller, tu dois d'abord prendre conscience de qui tu es et de ce que tu attends. Pose-toi cette question : quand j'étais petit, c'était quoi mon rêve ? Appuie-toi sur tes hobbies, tes envies profondes. »

Et si on ne sait pas quoi faire ?

« On a le droit de ne pas savoir ce qu'on veut faire quand on est lycéen, on a aussi le droit de se tromper. Si on échoue, on se relève et on rebondit. Un échec, c'est d'abord quelque chose de constructif. Ce qui compte, c'est d'avancer avec envie : la réussite de ton projet passe à 90 % par la motivation. »

Un conseil pour mieux s'orienter ?

« Ouvre-toi à la culture générale et à ce qui se passe dans le monde. Les métiers de demain sont en train de se créer en réaction à l'évolution de la société. Apprends aussi à désamorcer les représentations négatives de certains secteurs d'activités. Beaucoup d'idées toutes faites sont fausses ou dépassées. »



SE CONNAÎTRE POUR MIEUX S'ORIENTER

Mieux te connaître, c'est le début d'une orientation réussie.
Prends quelques minutes pour faire le point sur toi !

Ta carte mentale

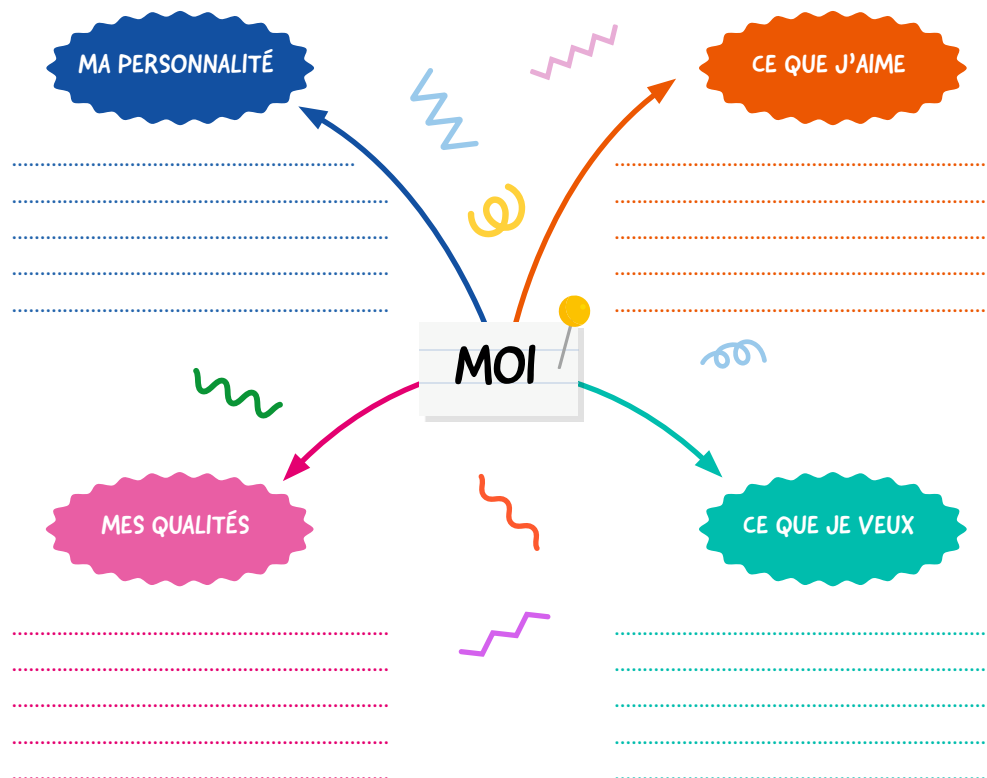
Ce schéma t'aide à réfléchir à qui tu es et à ce que tu veux. C'est un bon point de départ pour imaginer des idées d'orientation. Complète-le !

Comment faire ?

Note une idée dans chaque branche :

- Ta personnalité (ex. réservé, curieux, sociable...)
- Ce que tu aimes (ex. sport, jeux, voyages...)
- Tes qualités (ex. rigoureux, créatif, organisé...)
- Ce que tu veux (ex. aider les autres, travailler en extérieur, diriger...)

Tu peux ajouter des sous-branches, relier des idées entre elles, dessiner ou coller ta photo au centre.



THOTIS, LE MÉDIA POUR TROUVER TA VOIE



Média digital, Thotis accompagne les lycéens et étudiants dans leur orientation, du bac jusqu'à l'entrée dans la vie professionnelle. Au menu : témoignages, conseils, immersions vidéo dans les universités et écoles, infographies sur les réseaux sociaux, « guides de survie » (Parcoursup, Orientation post-bac...) et même des IA d'orientation pour t'aider à y voir plus clair.

Pour en savoir plus :

thotismedia.com/

De nombreux guides sont également à ta disposition :

thotismedia.com/guides-thotis/



Conseils de PROS

« Les valeurs sont essentielles dans le choix d'un métier. Trouvez un domaine qui résonne avec ce qui est important pour vous, que ce soit la créativité, l'innovation, le contact humain ou autre. »

Morgan Saveuse,

Directeur Programme Grande Ecole CESI

« Prenez le temps de comparer ce que vous aimez faire et ce que vous savez faire.

Trouver un équilibre entre vos passions et vos compétences vous mènera vers une carrière épanouissante et réussie. »

Christophe Bourgognon,

Directeur des programmes bachelors de spécialité et masters professionnels CESI



TESTE-TOI EN LIGNE !

VOICI QUELQUES EXEMPLES DE TESTS POUR MIEUX TE CONNAÎTRE :

- **Onisep** – Pour explorer les formations possibles
www.onisep.fr/metier/les-quiz-de-l-onisep/quiz-etudes-superieures
- **L'Étudiant** – Pour savoir quelles études sont faites pour toi
www.letudiant.fr/test/etudes/orientation/pour-queelles-etudes-etes-vous-fait.html
- **Studyrama** – Test en 3 parties : intérêts, motivation, personnalité
test-orientation.studyrama.com/test
- **Génération Zébrée** – Découverte de soi, métiers, formations
generationzebree.fr/test-orientation
- **Kledou** – Test de personnalité et idées de métiers
kledou.fr/test-dorientation/



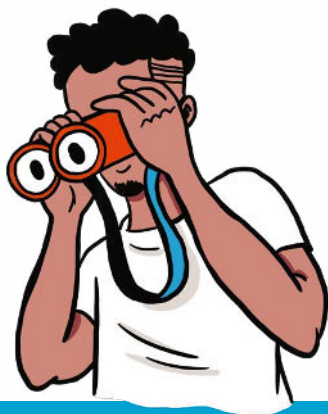
LES BONS SITES POUR T'ORIENTER

CES SITES REGORGENT DE CONSEILS PRATIQUES ET PERSONNALISÉS.

- **Onisep.fr** : fiches métiers, guides sur les parcours de formation, établissements
www.onisep.fr/
- **Parcoursup.gouv.fr** : inscriptions, projets, filières d'études, établissements
www.parcoursup.gouv.fr/
- **Studyrama.com** : infos études supérieures, salons, concours, tests
www.studyrama.com/
- **Letudiant.fr** : dossiers, formations à distance, établissements, témoignages
www.letudiant.fr/
- **Imaginetonfutur.com** : fiches métiers, témoignages de pro
www.imaginetonfutur.com/

DÉCOUVRIR L'ENVERS DES MÉTIERS ET FORMATIONS

Tu crois connaître l'ensemble des métiers ?
Il y en a bien plus que tu ne l'imagines !
Vidéos, témoignages, rencontres... autant
de façons de les découvrir autrement.



LES ÉTUDIANTS ONT LA PAROLE !



L'informatique
et le numérique ne sont pas
réservés aux hommes.
Derrière chaque écran,
il y a des opportunités infinies.
Ne laissez pas les préjugés vous
arrêter. Explorez, découvrez
et trouvez votre place dans
ces métiers passionnants
et accessibles à tous.



Le BTP, ce n'est pas juste des casques
et des grues, c'est un vrai terrain
d'innovation, de diversité, et de
challenge humain. Ose y faire ta place,
quelle que soit ta personnalité
ou ton parcours !



Si tu veux t'investir dans
un métier utile, humain,
et tourné vers l'avenir, fonce
dans la QSE (Qualité,
Sécurité, Environnement).
C'est challengeant et
profondément stimulant.



Ne sous-estime jamais
un parcours technique.
Moi, j'ai commencé avec
un bac pro, et aujourd'hui
je travaille sur des projets
d'innovation qui ont
un vrai impact.



Les RH touchent à tout :
management, droit, psychologie,
communication... C'est une vraie
porte d'entrée vers
de nombreux domaines.

QUIZ MYTHE OU RÉALITÉ ?

Sauras-tu démêler le vrai du faux
derrière ces idées reçues !

1 L'enseignement supérieur est accessible
à toutes et à tous.

Réponse : Réalité. Il existe plein de chemins pour y arriver.
À toi de les explorer et d'être bien accompagné et soutenu.

2 Certaines formations sont réservées
uniquement aux filles, d'autres aux
garçons.

Réponse : Mythe. Tous les métiers sont mixtes, même
si certains stéréotypes ont la vie dure !

3 Un ingénieur travaille toute la journée
derrière un bureau.

Réponse : Mythe. Il existe de nombreux types d'ingénieurs
et certains passent plus de temps à l'extérieur
qu'au bureau, comme les ingénieurs environnementaux
ou géotechniques par exemple.

4 L'alternance, c'est uniquement pour
les CAP.

Réponse : Mythe. Du BUT au master, en passant par
le bachelier ou le diplôme d'ingénieur, de nombreuses
formations peuvent s'effectuer en alternance.

5 Plusieurs formations peuvent
te correspondre.

Réponse : Réalité. Tes envies et tes compétences peuvent
être diverses et évoluer au cours de ta vie. Tu peux donc
hésiter et même changer de voie.



À FAIRE

- **VA SUR LE TERRAIN :**
les salons d'orientation (Salon
de l'Étudiant, Studyràma,
Salon de l'enseignement
supérieur, etc.) te permettent
de découvrir des filières, de poser
toutes tes questions et d'échanger
avec des pros et des étudiants.
- **PARTICIPE À UNE RENCONTRE
MÉTIER OU À DES JOURNÉES
D'IMMERSION :** ces événements
ont lieu partout en France toute
l'année. Choisis les filières qui
t'intéressent et rencontre des
professionnels prêts à témoigner
de leur quotidien.



À VOIR

- **REGARDE DES VIDÉOS DE FORMATIONS
ET DE MÉTIERS** sur :
www.parcoursmetiers.tv/
- **DÉCOUVRE LES CHOIX DE FORMATIONS
POST-BAC** avec cette vidéo :
[www.lumni.fr/video/orientation
-post-bac-les-differentes-formations](http://www.lumni.fr/video/orientation-post-bac-les-differentes-formations)
- **EXPLORE LA CHAÎNE YOUTUBE
DE CESI**, une école d'ingénieurs,
pour la découvrir de l'intérieur :
[www.youtube.com/channel/
UCWanyqUivV6rjbTABGF18pA](http://www.youtube.com/channel/UCWanyqUivV6rjbTABGF18pA)



À LIRE

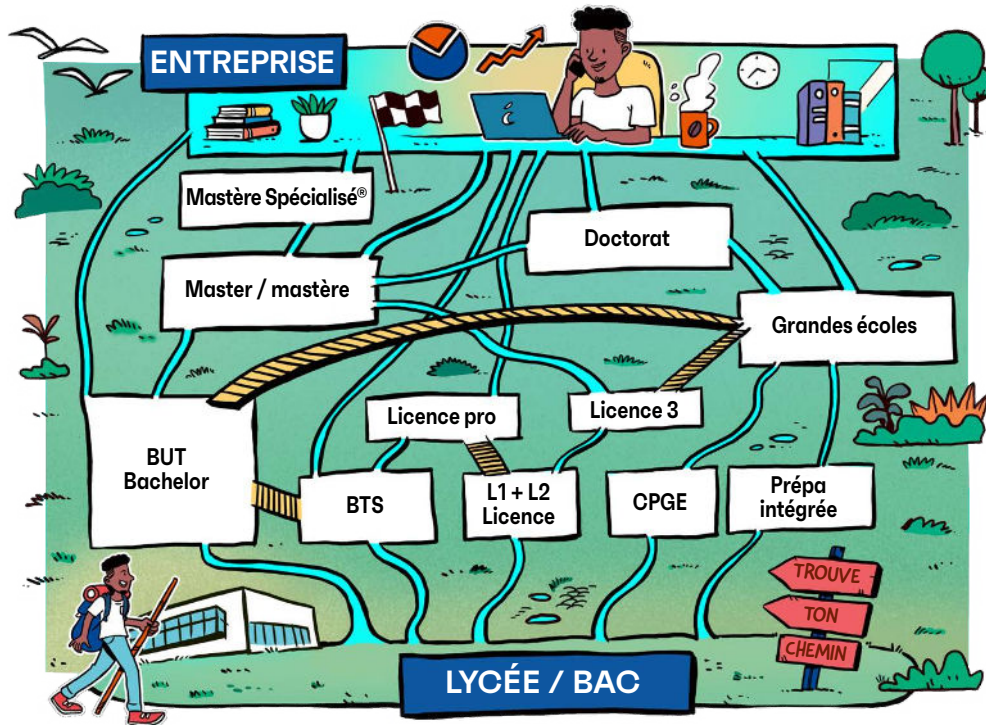
- **CONSULTE LE GUIDE NATIONAL
« APRÈS LE BAC » DE L'ONISEP**
en ligne ou en téléchargement.
Des informations essentielles sur
chaque filière :
[www.onisep.fr/orientation/l-
enseignement-superieur/apres-le-bac-
telechargez-le-guide-gratuit](http://www.onisep.fr/orientation/l-enseignement-superieur/apres-le-bac-telechargez-le-guide-gratuit)
- **FEUILLETTE « LE GUIDE DES MÉTIERS
DE DEMAIN », DE SANDRINE POUVERREAU,
ÉD. BAYARD JEUNESSE.** Des pistes
de réflexion et des explications
sur les métiers de demain.



EXPLORER

LES NOMBREUSES VOIES D'ORIENTATION

Il n'y a pas qu'un seul chemin ! Si tu t'es trompé ce n'est pas un drame. À chacun son rythme, ses détours... et ses passerelles pour tracer sa voie. Découvre-les !



Allier théorie et pratique

Tu veux apprendre un métier en conditions réelles, tout en suivant des cours ? **L'alternance** te permet de combiner formation et travail en entreprise. En plus, elle est accessible du CAP au bac+5. Tu peux ainsi t'assurer que le métier pour lequel tu te formes te convient réellement et acquérir de l'expérience.
Et bonus : tu es rémunéré et tes frais de scolarité sont à la charge de ton employeur !

ENVIE D'AILLEURS ?

Tu peux demander une césure d'un ou deux semestres dès ton entrée dans l'enseignement supérieur. Cela te permet de suspendre temporairement ta formation pour vivre une expérience enrichissante : bénévolat, stage, projet pro ou perso... Selon une étude Ipsos 2023, 87 % des jeunes de 16 à 25 ans en tirent un bilan positif.



LES SOFT SKILLS

Les « soft skills » (ou compétences comportementales), ce sont toutes les qualités humaines, émotionnelles et relationnelles. Tu les développes au quotidien, parfois sans même t'en rendre compte ! Elles peuvent vraiment faire la différence dans ton parcours ! À toi de les repérer... et de les valoriser !

QUIZ

Vrai ou faux ?
Les « hard skills » sont des compétences techniques.

Réponse : Vrai (on les appelle des compétences métiers).

Défi !

COCHE LES SOFT SKILLS QUI TE RESSEMBLENT.

Puis, pour chaque case cochée, note un exemple tiré de ta vie quotidienne ou scolaire. (Ex. : pour « leadership » → J'ai été délégué de classe cette année.)

 ADAPTABILITÉ 1 <input type="checkbox"/>	 CAPACITÉ D'INITIATIVE 2 <input type="checkbox"/>	 CONFIANCE EN SOI 3 <input type="checkbox"/>	 CRÉATIVITÉ 4 <input type="checkbox"/>	 CURIOSITÉ 5 <input type="checkbox"/>	 ÉCOUTE 6 <input type="checkbox"/>	 EMPATHIE 7 <input type="checkbox"/>
 ESPRIT ANALYTIQUE 8 <input type="checkbox"/>	 ESPRIT CRITIQUE 9 <input type="checkbox"/>	 GESTION DU STRESS 10 <input type="checkbox"/>	 LEADERSHIP 11 <input type="checkbox"/>	 PRISE DE DÉCISION 12 <input type="checkbox"/>	 NÉGOCIATION 13 <input type="checkbox"/>	 RÉSOLUTION DE PROBLÈMES 14 <input type="checkbox"/>

- 1 →
2 →
3 →
4 →
4 →
6 →
7 →
- 8 →
9 →
10 →
11 →
12 →
13 →
14 →



LES FILIÈRES ET MÉTIERS DE DEMAIN

Les métiers évoluent vite, et beaucoup restent encore à inventer !
Bonne nouvelle : les formations s'adaptent elles aussi pour répondre aux grands défis de demain.

IA, data et cybersécurité : les métiers du numérique

Le développement de l'IA et du traitement de l'information (big data, réalité virtuelle et réalité augmentée) font naître de nouveaux métiers. Par exemple, les data scientists (scientifiques des données), AI engineers (ingénieurs en intelligence artificielle), analystes en cybersécurité, consultants IA, etc. Et côté formations ? Bootcamps (formations courtes et intensives), blended learning mixant e-learning et cours en présentiel, ou encore formations en école d'ingénieurs ou à l'université... Il y en a pour tous les profils !

Transition écologique : changer le monde, pour de vrai

Produire mieux, consommer moins, protéger la planète... Voilà le défi à relever qui se traduit également par la naissance de nouvelles professions, dans les domaines de la protection de la nature et de l'environnement, de la production et de la distribution d'énergie et d'eau, de l'assainissement et du traitement des déchets. Technicien assainissement, écoconcepteur, ingénieur en décroissance, chargé de mission énergétique de l'habitat, etc. Le choix de métiers est vaste, tout comme celui des formations : BEP, licence, master, école d'ingénieurs...

Pour en savoir plus :
www.onisep.fr/metier
www.prepeers.co/metiers

Ville durable : construis la smartcity de demain !

Améliorer la qualité de vie tout en réduisant notre impact énergétique : c'est possible grâce aux bâtiments intelligents et aux transports innovants. Si tu veux être *smart* (intelligent en anglais), de nombreux métiers s'ouvrent à toi : architecte en énergie durable, ingénieur en systèmes de transport intelligents, expert en cybersécurité urbaine, etc. Quant aux formations, bac pro, BUT, diplôme d'ingénieur, master... les villes recrutent à tous les niveaux !

Santé et numérique : un duo d'avenir

Pour anticiper les besoins des patients et des soignants, la santé connectée ouvre la voie à des métiers passionnants : développeur d'application, chef de projet, ingénieur, spécialiste en cybersécurité médicale, etc. Si la e-santé t'intéresse, les voies sont multiples : DU, doctorat en écoles spécialisées, diplôme d'ingénieur, bachelor.



DES MÉTIERS TOUT NOUVEAUX, TOUT BEAUX

Si certains métiers te paraissent aujourd'hui évidents, certains n'existaient pourtant pas il y a seulement 10 ans, comme ceux de youtubeur ou de community manager, que tu connais forcément. C'est dans l'industrie, alors que notre pays est la cinquième puissance économique mondiale, avec plusieurs groupes leaders dans leur secteur, que de très nombreuses opportunités sont apparues : web designer, digital brand manager, ingénieur fabrication additive, chef de projet écoconception, technicien en maintenance prédictive, etc. Et on estime aujourd'hui que 50 % des métiers qui seront exercés en 2030 n'existent pas encore !

???

QUIZ

Vrai ou faux ? Plus de la moitié des collégiens et lycéens pensent que l'IA est une menace pour les métiers de demain.

Réponse : Faux (selon une étude IFOP 2025, 78 % des collégiens et lycéens estiment que l'IA est une opportunité. Bien plus optimistes que leurs aînés !).

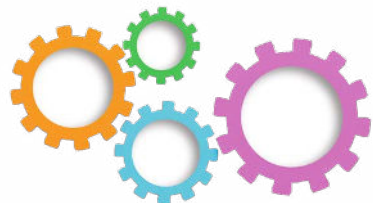


Défi !

COMBIEN DE MÉTIERS N'EXISTAIENT PAS IL Y A 10 ANS ?

- Hacker éthique
- Développeur de réalité virtuelle
- Spécialiste du référencement
- Navigateur aérien
- Analyste en big data
- Consultant en stratégie digitale
- Spécialiste du marketing numérique
- Consultant en cryptomonnaie
- Technicien blockchain
- Testeur de jeux vidéo
- Consultant en empreinte carbone numérique
- Data détective

Réponse : Développeur de réalité virtuelle, spécialiste du référencement, analyste en big data, spécialiste du marketing numérique, consultant en cryptomonnaie, technicien blockchain, consultant en empreinte carbone numérique, data détective.



INGÉNIEUR : UN MÉTIER, PLUSIEURS CHEMINS D'ACCÈS

Envie de résoudre des problèmes, d'innover, de construire le monde de demain ? Le métier d'ingénieur est peut-être fait pour toi ! Découvre toutes les possibilités pour y accéder.

Défi ! ET SI TU DEVENAIS ÉTUDIANT D'UN JOUR ?

Rien de tel qu'une immersion pour découvrir une école ou une formation. Journées portes ouvertes, stages découverte... De plus en plus d'établissements, comme CESI, te proposent de passer une journée dans la peau d'un étudiant. Profites-en !



Conseils de PROS

Choisis une formation qui te ressemble, une école dans laquelle tu te sens en phase avec les valeurs et les méthodes d'enseignement. Ton épanouissement personnel est la clé de ta réussite professionnelle.

Emmanuelle Papaïs, chargée des relations candidats-entreprises chez CESI et coach en orientation

Fais des stages, même dans des métiers que tu ne vises pas initialement. Cela te donnera une vision concrète du monde de l'entreprise et pourrait te révéler des passions insoupçonnées.

Christophe Bourgognon, directeur des programmes bachelors CESI



Créée en 1958, cette école d'ingénieurs est pionnière en France dans l'apprentissage et les pédagogies actives. Elle propose des formations accessibles en alternance ou sous statut étudiant, du bac+2 au bac+8, dans cinq grands domaines :

- Industrie & Innovation,
- Informatique & Numérique,
- QSE & Développement Durable,
- BTP & Génie Civil,
- Ressources Humaines.

Tu peux intégrer l'un de ses 26 campus répartis dans toute la France avec un bac général, technologique ou professionnel (sous conditions).

CESI propose différents types de diplômes :

- **Cycles techniciens supérieurs (bac+2) :** formations techniques en informatique et en BTP favorisant une insertion rapide ou une poursuite d'études.
 - **Bachelors (bac+3) :** formations professionnalisantes accessibles après le bac ou un bac+2, menant à l'emploi ou à un cursus d'ingénieur.
 - **Diplômes d'ingénieur (bac+5) :** en 3 ou 5 ans, ces diplômes reconnus par la CTI forment des ingénieurs généralistes ou spécialisés, avec des compétences techniques, scientifiques et managériales.
 - **Mastères professionnels (bac+5) :** en 2 ans après un bac+3, ces formations renforcent l'expertise dans des domaines comme l'informatique, le BTP, la QSE ou les RH.
 - **Mastère Spécialisé® (bac+6) :** en un an, accessible après un bac+5 ou un bac+4 avec 3 ans d'expérience, il permet de se spécialiser dans un domaine précis.
- Il existe des passerelles pour intégrer certaines formations.

CESI propose également un programme doctoral de 3 ans (bac+8), accessible après un master recherche ou un diplôme de niveau équivalent, ayant permis de valider l'aptitude à la recherche du candidat.

Pour en savoir plus : www.cesi.fr



QUIZ INGÉNIEUX

Sauras-tu trouver les bonnes réponses sur le métier d'ingénieur ?

- 1 D'où vient le mot ingénieur ?
A) Du latin *genius* (génie)
B) Du latin *ingeniare* (concevoir) et *ingenium* (intelligence)
C) Du latin *genere* (produire, engendrer)
- 2 Pour intégrer une école d'ingénieur, il faut obligatoirement :
A) Avoir choisi la spécialité « Sciences de l'ingénieur » au lycée
B) Avoir une mention au bac
C) Avoir un bon niveau dans toutes les matières

Réponse : C. Les deux premières réponses sont des idées reçues. Il faut avoir un niveau similaire dans toutes les matières. La plupart des écoles organisent aussi des entretiens pour valoriser ton projet et ta personnalité.

- 3 On peut être ingénieur dans :
A) L'informatique
B) Le bâtiment
C) La logistique

Réponse : Les trois ! Et aussi dans l'industrie, l'aéronautique, l'agroalimentaire, l'énergie, la santé...

À TOI DE JOUER : PASSE À L'ACTION !

Note ici 3 actions concrètes pour avancer dans ton orientation :
t'inscrire à un MOOC, poser des questions à un pro, écouter
un podcast, participer à des journées portes ouvertes...

1

2

3



DES OUTILS POUR T'AIDER À T'ORIENTER

- **L'IA** te donne un coup de pouce ! Des plateformes comme Pixis, Hello Charly ou Impala analysent ton profil et te suggèrent des formations et métiers adaptés. Certaines proposent même des chatbots pour répondre à tes questions et t'accompagner en temps réel (Thotis IA, Hello Charly...).
Par exemple : pixis.co/ - hello-charly.com/ - impala.in/ - thotismedia.com/thotis-ia/
- **LES RÉSEAUX SOCIAUX** fourmillent de témoignages, vidéos, conseils d'entreprises, de pros et d'influenceurs.
Par exemple : sur YouTube (@LudovicBvideos), TikTok (@maintenantjaimelundi) ou Instagram (@azimut_parlonsorientation)
- **LES PODCASTS** t'aident à réfléchir autrement grâce à des retours d'expérience inspirants et des échanges/coachings collectifs.
Par exemple : podcastfrance.fr/podcasts/formation/quand-jserai-grand/ - open.spotify.com/show/25K8JSxLODNfucJvtYo0lk
- **LES MOOC**, des cours en ligne gratuits pour t'aider à t'orienter et découvrir l'enseignement supérieur, comme si tu y étais !
Envie d'en savoir + : www.fun-mooc.fr/fr/cours/?collections=2802&limit=21&offset=0



L'ENGAGEMENT CITOYEN

S'engager, c'est être utile... mais aussi apprendre autrement ! Bénévolat, associations, missions citoyennes, il existe plein de façons de t'impliquer.

Pourquoi t'engager ?

Pour faire bouger les choses, développer tes soft skills, te sentir utile et valoriser ton parcours.

Comment ?

- Rejoindre une association de solidarité (Secours Populaire, Restos du cœur...), sportive (Fédération française de football, association sportive du lycée...), environnementale (Agir pour l'environnement, World Cleanup Day-France...), etc.

Pour en savoir + :

www.jeveuxaider.gouv.fr/
www.tousbenevoles.org/

- Être délégué ou éco-délégué de classe au sein du conseil de vie lycéenne.
- Participer à une mission d'intérêt général du Service National Universel (SNU).

- Suivre une formation de secouriste.
- Être pompier volontaire.
- Créer ta propre asso (dès 12 ans via une junior association !) : www.juniorassociation.org.

À quoi ça sert ?

Selon les établissements, ton engagement peut t'apporter :

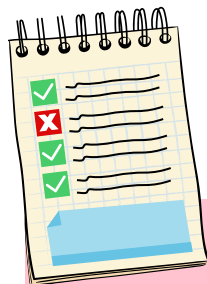
- des soft skills confirmées,
- un plus dans ta candidature,
- des points positifs pour ton dossier Parcoursup,
- des crédits ECTS (european credits transfer system ou système européen de transfert et d'accumulation de crédits) qui valident les compétences acquises dans l'enseignement supérieur, mesurent ton avancement et facilitent les échanges en Europe,
- des points bonus dans ta moyenne générale,
- un suivi personnalisé,
- un certificat d'engagement.

QUIZ

Vrai ou faux ? Les jeunes s'engagent de moins en moins.

Réponse : Faux (selon le baromètre DJEPVA sur la jeunesse, en 2024, 30 % des jeunes faisaient du bénévolat ou moins une fois par mois, contre 25 % en 2023).





TA CHECK-LIST ORIENTATION



Coche ce que tu as déjà fait, surligne ce qu'il te reste à faire et ajoute tes idées perso.

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Dresser ma carte mentale | <input type="checkbox"/> Me rendre sur un salon |
| <input type="checkbox"/> Passer un test d'orientation | <input type="checkbox"/> Suivre un MOOC |
| <input type="checkbox"/> Participer à une journée portes ouvertes | <input type="checkbox"/> Regarder une vidéo ou écouter un podcast |
| <input type="checkbox"/> Identifier 3 filières ou secteurs qui m'attirent | <input type="checkbox"/> Identifier mes soft skills |
| <input type="checkbox"/> Échanger avec un ou une pro | <input type="checkbox"/> M'engager dans une association, une mission ou un projet |
| <input type="checkbox"/> Visiter un campus | |

IDÉES PERSO :

PARLE AVEC TES PROCHES

En parler peut t'aider à mieux te connaître et à ouvrir de nouvelles pistes. Ton entourage (parents, professeurs, amis...) peut t'apporter des éclairages utiles même si, en fin de compte, ton orientation doit refléter ce qui te motive, toi, et rester ton choix.

Conseil de **PROS**

« Les parents doivent accorder leur confiance à leur enfant pour ce qui concerne son choix de métier, l'accompagner, sans projeter leurs propres aspirations. »

Emmanuelle Papaïs,
Chargée des relations candidats-entreprises chez CESI
et coach en orientation

À RETENIR

Ton orientation, c'est un chemin que tu construis pas à pas.
Ce passeport, c'est le tien. Utilise-le. Reviens-y. Et surtout... crois en toi !

OCTOBRE

DÉCEMBRE

NOVEMBRE

MÉMO

L'AGENDA DES ÉVÉNEMENTS, C'EST PAR ICI !

Recherche et coche tous les événements qui t'intéressent. Pense à bien noter les dates. Tu peux bien sûr en ajouter, car il y en a beaucoup, partout en France, et certains ne sont pas encore annoncés à l'heure où nous écrivons ces lignes. Pense aussi à consulter le site de CESI pour retrouver les dates des journées portes ouvertes et d'autres temps forts autour de l'orientation. www.cesi.fr/categorie/fr/evenements/



→ LES SALONS DE L'ÉTUDIANT :

Salon grandes écoles, Salon de l'Étudiant, Salon du lycéen et de l'étudiant, Salon de l'apprentissage, de l'alternance et des métiers, etc.
www.letudiant.fr/etudes/salons.html

→ LES SALONS STUDYRAMA :

Salon des études supérieures, Salon 1^{res} & Terminales, Salon des lycéens et des études supérieures, Salon des grandes écoles, Salon de l'alternance & de l'apprentissage, etc.
www.studyrama.com/salons

→ LES NUITS DE L'ORIENTATION DE LA CCI

du 3 novembre au 6 décembre 2025, à travers toute la France.
www.cci.fr/ressources/orientation-professionnelle/les-nuits-de-lorientation

→ LES SALONS LE FIGARO ÉTUDIANT

du 4 octobre au 22 novembre 2025. etudiant.lefigaro.fr/salons/

AUTRES ÉVÉNEMENTS :

LES COORDONNÉES DE TES INTERLOCUTEURS

Note les numéros, adresses mail et sites Internet de tous ceux qui peuvent t'aider dans ton parcours d'orientation : pros de l'orientation, établissements, associations, etc.

PASSEPORT



orientation

Ensemble,
construisons un avenir
qui te ressemble



Conception : Éditions Spéciales Play Bac 2025.
www.editions-speciales-playbac.fr
14 bis, rue des Minimes – 75140 Paris Cedex 03 – Tél. : 01 53 01 21 54.
Direction éditoriale : Jaina ARNAUD et Fanny SALTET.
Rédaction : Sylvie ALBOU-TABART. Correctrice : Marisa Goossens.
Conception graphique : Céline FOURNAISEAU et Stéphanie BIDAULT.
Illustrations : Sérgio Marques – Photos : Adobe Stock.



POUR NOUS SUIVRE



cesi.fr

CESI
ÉCOLE D'INGÉNIEURS