



Guide de stage

Nom

Prénom



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Service de l'orientation professionnelle et de la formation des adultes SOPFA
Direction de la formation et des affaires culturelles DFAC

Notes

Trouver un stage

Les sites internet :

- www.orientation.ch

▷ sous professions ▷ stage d'orientation ▷ recherche

- www.fristages.ch

▷ se créer un compte et vous aurez accès à plusieurs offres de stages

Activez votre réseau :

- Les parents
- La famille
- Les amis-es
- Les amis-es de vos parents
- Les enseignants-es
- Votre conseiller-ère en orientation

Demandez directement à l'entreprise qui vous intéresse :

- En allant sur place demander un stage
- En appelant par téléphone
- En écrivant un e-mail
- En envoyant une demande par courrier

N'hésitez pas à faire le suivi et recontactez l'entreprise si vous n'avez pas de réponses.

Informations générales

Objectif

Effectuer un stage permet aux jeunes et jeunes adultes de découvrir et de mieux connaître les métiers grâce à un contact direct avec la profession souhaitée.

Le stage permet de découvrir l'essentiel d'un métier, notamment les activités, les exigences, l'ambiance professionnelle, les conditions de travail, les directives de formation et les possibilités de formation continue, ainsi que les perspectives d'avenir. Le stage permet également de faire part de sa motivation.

Le stage n'est en principe pas rémunéré.

Durée et type

Stage d'information : dure en général entre 1 et 3 jours. Il permet d'avoir un premier aperçu du monde du travail et de vérifier le souhait professionnel ainsi que clarifier les intérêts du-de la stagiaire. Il permet de déclencher la réflexion.

Stage de sélection : dure en général entre 2 et 5 jours. Généralement organisé par les entreprises, il permet d'évaluer les compétences, la motivation et de confirmer les intérêts en vue de l'engagement en formation.

Procédure

Prendre contact avec l'entreprise : des adresses sont disponibles auprès de l'orientation professionnelle, sur les sites www.fristages.ch et/ou sur www.orientation.ch.

Se préparer au stage d'orientation professionnelle (page 6-7)

Poser des questions pendant le stage d'orientation (page 8)

A la fin du stage, remplir l'appréciation avec le-la responsable et en discuter (pages 10 et 11)

Évaluation

Merci aux entreprises d'évaluer fidèlement le stage et de ne pas hésiter à transmettre aux stagiaires des pistes d'améliorations si besoin.



Ce rapport de stage est à conserver précieusement. Une copie peut être jointe au dossier de candidature pour une place d'apprentissage.

Législation du travail

Selon la loi fédérale sur le travail, les jeunes peuvent être occupés-es à des travaux légers dans le cadre d'un stage à partir de l'âge de **13 ans**. En principe, les stages ne sont autorisés que les jours ouvrables entre 6 et 18 heures (des exceptions sont possibles, ex : les stages en boulangerie) et ne peuvent durer plus de 8 heures par jour et 40 heures par semaine. Le temps de repos quotidien est d'au moins 12 heures consécutives. Ces stages d'orientation sont limités à 2 semaines à la suite.

Sécurité au travail

L'entreprise doit accorder une attention particulière aux règles de prévention des accidents et les respecter strictement (p. ex. en ce qui concerne les machines de travail, les équipements de protection, les vêtements adaptés ...).

Assurance

Assurance-maladie — Toute personne doit être assurée obligatoirement contre la maladie et les accidents au sens de la LAMal et de la LAA.

Assurance-accidents — Selon la loi fédérale sur l'assurance-accidents, les stagiaires qui se préparent au choix d'une profession doivent être assurés-es par les employeurs-euses. Les stagiaires n'étant, en principe, pas rémunérés-es, ils-elles doivent tout de même être couverts-es en cas d'accident. Toutefois, à toute fin de précaution voire de complément d'assurance, il est recommandé aux parents ou responsables légaux d'être au clair quant à la couverture accident pendant la période de stage et de se renseigner sur la couverture offerte par leur assurance maladie accident.

Responsabilité civile — Cette assurance incombe aux entreprises pour les dommages vis-à-vis des tiers. L'assurance responsabilité civile est vivement recommandée aux parents ou responsables légaux pour les dommages vis-à-vis de l'entreprise.

Fiche de stage – Avant le stage

Profession(s)

Nom du métier

Stagiaire

Nom / Prénom

Né-e le

Etes-vous au bénéfice d'une assurance responsabilité civile? ☐ oui ☐ non

Représentant-e légal-e / Parents (pour les jeunes mineurs)

Nom(s) / prénom(s)

Téléphone

Signature

Entreprise

Nom de l'entreprise

Personne de contact

Rue

NP / Localité

Téléphone

Déroulement du stage

Dates

Rendez-vous avec

Lieu exact

Horaires de travail

Remarques

.....

.....

Rapport du-de la stagiaire

Avant le stage : Préparation

Quels sont les **OBJECTIFS** de mon stage ?

<input type="checkbox"/>	information découverte de la profession
<input type="checkbox"/>	sélection en vue d'une place de formation

Renseignez-vous sur le site www.orientation.ch pour remplir les informations demandées ci-dessous.

1 Quelles sont les activités qui vous attirent dans cette profession ?

-
-
-

2 Quel est le type de formation pour se former dans ce métier ?

☐
☐

CFC / AFP

Brevet / Diplôme fédéral

☐
☐

ES

HES

☐
☐

UNI / EPF

Autre

- **Durée :** ans

3 Quelles sont les qualités requises les plus importantes pour cette profession ?

-
-
-
-

Pendant le stage : Questions

Exemples de questions à poser durant le stage :

Existe-t-il un test d'aptitudes pour accéder à cette formation ?

☐

oui

☐

non

Si oui, quelles sont les matières évaluées ?

-
-

Dans quelle école et dans quel canton se déroulent les cours professionnels ?

-
-

Formez-vous des apprentis-ies ?

☐

oui

☐

non

Gardez-vous les apprentis-es à la fin de leur apprentissage ?

☐

oui

☐

non

Après le stage : Mon appréciation

1 Comment avez-vous vécu votre stage

Cochez ce qui convient

++	+	+/-	-
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

J'ai aimé les activités que j'ai effectuées

J'ai été à l'aise dans les tâches qui m'ont été proposées

Les horaires de travail me correspondent

L'ambiance de travail était agréable

J'ai eu un bon contact avec le personnel

La profession correspond à ce que je m'étais imaginé

Je me suis senti-e bien

2 Ce que vous pensez du métier

Cochez ce qui convient

++	+	+/-	-
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Mes compétences sociales correspondent au métier
(communication ; relation aux autres)

Ma condition physique correspond aux exigences du métier

Mes connaissances scolaires correspondent aux exigences du métier

**Points
positifs
du stage**

-
-
-

**Points
négatifs
du stage**

-
-
-

3 En conclusion

Cochez ce qui convient

	oui	non
Je souhaite faire une formation dans ce métier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je souhaite faire un autre stage dans ce métier, dans une autre entreprise	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je souhaite faire un autre stage dans un autre métier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je prévois un plan B	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je prends contact avec le-la conseiller-ère en orientation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Appréciation du-de la responsable de stage

► Nous vous remercions d'avoir accueilli le-la stagiaire et de compléter cette évaluation qui est très importante pour la suite de ses démarches.



A L'ATTENTION DU-DE LA STAGIAIRE :

Ce document est à présenter après le stage au centre d'orientation.

Coordonnées du-de la stagiaire

Nom / Prénom
 Profession évaluée
 Date(s) du stage

Coordonnées de l'entreprise

Nom de l'entreprise
 Adresse
 Téléphone
 Personne de contact

Attitude générale

	Cochez ce qui convient					
	++	+	+/-	-	non évalué	
Première impression						
Intérêt pour la profession						
Ponctualité						
Assurance / confiance						
Dynamisme						
Attention / Concentration						
Plaisir d'apprendre						
Motivation						

Exécutions des tâches

Cochez ce qui convient	++	+	+/-	-	non évalué
Habileté					
Rapidité					
Soin / Précision					
Persévérance					
Comprend les consignes					
Attention / Concentration					
Se donne de la peine					
Receptif-ve					

Contact / communication

Cochez ce qui convient	++	+	+/-	-	non évalué
A l'aise dans les contacts					
Poli-e					
Ose poser des questions					
S'exprime clairement					
Agréable					

Remarques / Observations :

.....

.....

.....

Avis du-de la responsable de stage

Pensez-vous que cette profession conviendrait au-à la stagiaire ?

Pour quelles raisons :

.....

<input type="checkbox"/>	oui
<input type="checkbox"/>	oui mais
<input type="checkbox"/>	plutôt non

Avez-vous discuté avec le-la stagiaire à propos de votre évaluation ?

<input type="checkbox"/>	oui
<input type="checkbox"/>	non

**Date et signature
du-de la responsable de stage :**

.....

Sceau (éventuel) de l'entreprise :

**Service de l'orientation professionnelle et
de la formation des adultes SOPFA
Direction de la formation et des affaires culturelles DFAC**

Route des Arsenaux 41, CH-1700 Fribourg

www.fr.ch/sopfa

Juin 2024

—

Production et diffusion
Office cantonal du matériel scolaire, Fribourg

—

Photo de couverture
Fribourg Région / Ref.03478 © Aurèle Nicolet