



Etudiants, n'attendez pas la fin de vos études pour effectuer des stages. Dès la première année, et les années suivantes, il est essentiel d'effectuer un stage à sa mesure.

Stage d'observation ou stage de fin d'études ?

Il faut distinguer le **stage de découverte** (facultatif, d'une durée ajustable et qui permet d'observer et de découvrir un métier), du **stage de fin d'études** (obligatoire dans le cadre d'un cursus), qui est généralement plus long et qui permet au stagiaire de mettre en pratiques ses connaissances.

Stage à l'étranger

Pour faire un stage à l'étranger, la procédure administrative et les démarches sont quasiment les mêmes que pour un stage en France.

Si vous partez en Europe, il faut procurer en plus une copie de votre assurance rapatriement et une copie de votre Carte Européenne d'assurance Maladie ou une attestation d'extension de votre couverture maladie si vous partez en dehors de l'UE.

[+ d'infos](#) sur l'intranet de l'Université : Rubrique Déroulement des études / Stages / Stages à l'international

Pour faciliter la mobilité internationale, vous pouvez bénéficier, sous certaines conditions d'attribution, d'une bourse ou d'une aide financière destinée à participer au financement de votre séjour à l'étranger.

[+ d'infos](#) sur l'intranet de l'Université : Rubrique Santé et action sociale / Bourses

- **Catalogues des stages à l'étranger** effectués par les précédentes promotions d'étudiants de l'UT1. Consultables au SUIO-IP uniquement, cote 723 EMP ou cote 251 ETR

Alternatives aux stages

Pour acquérir de l'expérience professionnelle, d'autres possibilités existent en fonction des situations, des motivations et des disponibilités de chacun : service civique, volontariat, bénévolat en France ou à l'étranger par exemples.

- **Partir à l'étranger / CIDJ, Classeur T**

Retrouvez toutes les possibilités de mobilité internationale, ainsi que des informations pratiques pays par pays. Consultables au SUIO-IP uniquement

Cibler vos recherches

Dans tous les cas, avant de se lancer, il est primordial d'identifier et de cibler clairement ses motivations et ses objectifs pour tirer profit de cette première expérience professionnelle.

Quel est votre objectif personnel ou professionnel ?

Voulez-vous vérifier votre projet, ou au contraire vous n'avez aucune idée de ce que vous voulez faire ?

Souhaitez-vous découvrir un secteur d'activité, une fonction, un type de structure, dans le secteur public, privé ou associatif, etc... ?

Se poser les bonnes questions est donc primordial pour identifier vos critères et délimiter un périmètre de recherche.

Durée et période

Le stage ne doit pas dépasser 132 jours de présence ou 924 heures sur la base de 7 heures par jour (6 mois) dans le même organisme. Il doit être réalisé :

- du 1er septembre au 31 octobre pour les stages obligatoires
- du 1er septembre au 31 août pour les stages optionnels
- Dérogation possible pour les étudiants qui ne renouvellent pas leur inscription à l'université l'année suivante.

Convention de stage obligatoire

Elle est obligatoire dans tous les cas et doit être impérativement finalisée avant le début du stage. Elle est à remplir par vos soins dans votre ENT dans la rubrique étudiant/conventions de stages.

Gratification

Pour les stages d'une durée supérieure à 2 mois, c'est à dire 44 jours de présence effective (consécutives ou non), la loi impose le versement d'une gratification (environ 540 € par mois).

[+ d'infos](#) sur l'intranet de l'Université : Rubrique Déroulement des études / Stages

Réfléchir à son projet professionnel et valoriser son stage

Le Portefeuille d'expériences et de compétences

Cette plateforme numérique vous aide à faire un bilan de vos compétences et d'expériences utile pour réaliser vos outils de candidatures mais aussi pour valoriser votre stage.

Accessible sur l'ENT > Gérer > Mon portefeuille d'expériences et de compétences

www.pec-univ.fr

Prospecter pour faire une candidature spontanée

- **Catalogues des stages** effectués par les précédentes promotions d'étudiants de l'UT1.
Classés par disciplines et par diplômes, ils indiquent les structures qui ont déjà accueilli des stagiaires.
Consultables au SUIO-IP uniquement, cote 723 EMP
- **Bibliographies** par secteur d'activité ou par métier
Les bibliographies indiquent les sites d'offres d'emplois/stages spécialisés et les sites de références de professionnels (syndicats de branches, fédérations) qui disposent pour la plupart d'annuaire et de moteur de recherche. Téléchargeables sur le catalogue en ligne ou consultables dans les dossiers au SUIO-IP : <http://suio-ut-capitole.centredoc.fr>
- **Annuaire d'entreprises**
www.aef.cci.fr
Fichier d'entreprises des Chambres de Commerce et de l'Industrie
www.pagespro.com
Annuaire des pages jaunes (recherche par activité, localisation, annuaire d'organismes professionnels, agenda des salons...)
<https://fr.kompass.com>
Annuaire d'entreprises disponible sur abonnement.
Consultable à Bibliothèque d'Étude et du Patrimoine, rue du Périgord à Toulouse.
www.europages.fr
Annuaire de 2,5 millions d'entreprises en Europe classées par secteur, pays et taille
- **Annuaire de l'administration et des services publics**
<https://lannuaire.service-public.fr>

Trouver des offres de stage

- **Réseaux sociaux professionnels**
Moyen de communication utile pour se faire connaître, développer son réseau, contacter des recruteurs, se faire recommander, trouver un emploi ou un stage...
<http://alumni.ut-capitole.fr>
Le réseau professionnel des diplômés de l'université diffuse des offres de stages et d'emplois.
fr.viadeo.com
<https://fr.linkedin.com>
- **Sites d'offres de stages**
www.aidostage.com/
<https://jd.apec.fr/>
www.cidj.com/rechercher_stage
www.monstageenligne.fr
www.iguesta.com
<http://www.jobstage.com>
www.kapstages.com
www.kelstage.com
www.en-stage.com
www.pagetalent.fr
www.studyrama-emploi.c
- **Sites d'offres d'emplois généralistes**
<https://jd.apec.fr/>
www.cadremploi.fr
www.cadronline.com
www.jobintree.com
www.keljob.com
www.monster.fr
www.pole-emploi.fr
www.regionsjob.com
www.sudouestjob.com
www.123-emploi.com
- **Sites des grandes entreprises ou des grands groupes**
Tous disposent d'une rubrique carrière, recrutement, Emploi ou Ressources Humaines. Mais ne vous limitez pas aux grands groupes : selon l'Insee en 2014, 70 % des salariés français travaillaient dans une PME !
- **Sites de recrutement des PME**
<http://pme.enligne-fr.com>
<https://fr-fr.facebook.com/LesPMErecrutent/>
<http://www.pmejjob.fr/>
- **Moteurs de recherche**
<http://www.indeed.fr/>
<http://www.optioncarriere.com/>
<http://www.jobijoba.com>
- **Sites d'offres d'emplois spécialisés**
Voir les bibliographies par secteur d'activité ou par métier téléchargeables et consultables au SUIO :-IP :
<http://suio-ut-capitole.centredoc.fr>

Rédiger ses outils de candidatures

Pensez surtout à faire relire CV et lettre de motivation, à faire un suivi de vos candidatures et à relancer les entreprises !

- **Les ateliers et mini-conférences d'aide à l'insertion**
Des manifestations sont régulièrement organisées au SUIO-IP pour préparer vos candidatures : Rechercher un stage, Stages à l'étranger, Stages au MAEDI, Rédaction de CV/LM, Candidatures en anglais, Se présenter en 3 minutes... Calendrier et inscription sur l'intranet de l'Université :
[+ d'infos](#) sur le site de l'Université : Rubrique Orientation et insertion / Préparer son insertion
- **La partie « Stage et emploi » des ressources documentaires du SUIO-IP :**
Ouvrages spécialisés sur la rédaction du CV et de la LM sont consultables sur place.