



# Se présenter en 1 minute

## PRÉPARER MON ENTRETIEN



**PROCH'**  
**ORIENTATION**



Objectif: apprendre à te présenter clairement,  
rapidement et avec confiance



**PROCH'**  
**ORIENTATION**

## Etape 1 : ton identité

- Bonjour, je m'appelle [Prénom, NOM], j'ai [âge] ans et je suis en [classe/formation] au [nom de l'établissement].



## Etape 2 : ton parcours et ton projet

- Je m'intéresse à [domaine/métier] car j'aime [activité/motivation].  
J'ai déjà découvert ce secteur grâce à [stage, option, projet...].



## Etape 3 : ce que tu recherches

- Aujourd'hui, je recherche [un stage, une alternance, une formation] pour [objectif : apprendre, me former, confirmer mon projet...].



## Etape 4 : ta qualité clé

- Je suis quelqu'un de motivé(e), curieux(se), sérieux(se)... et j'aime apprendre de nouvelles choses.



# Astuce Proch'Orientation

Chronomètre toi ! 1 minute = environ 5 phrases simples, souriantes et sincères.



**PROCH'**  
**ORIENTATION**



**PROCH'**  
**ORIENTATION**



[prochorientation.fr](https://prochorientation.fr)

[prochorientation@hautsdefrance.fr](mailto:prochorientation@hautsdefrance.fr)