

Nom et prénom :

Classe :

Etablissement :

Parcours Avenir

Forum des formations post 3^e

BEF Elbeuf-Rouen gauche

5 et 6 mars 2026



Guide pour la préparation du forum

Date :

Horaire :

Lieu : Petit Quevilly, salle Henri Wallon

Ce guide a pour objectif de vous amener à découvrir des formations en interrogeant des représentants des établissements lors du forum. Nous vous invitons à le montrer à vos parents ou responsables légaux, afin qu'ils puissent prendre connaissance de son contenu.

Signature des responsables légaux :

Année scolaire 2025-2026

Quelques conseils avant la visite

➤ **S'informer :**

- Prendre des renseignements sur les établissements présents.
- S'appropriier le questionnaire.

➤ **Apprendre à recueillir l'information :**

- Pour prendre des notes plus efficacement, pensez à noter de préférence des « mots-clefs » et les informations essentielles.

➤ **Partir en étant motivé et ouvert :**

- Savoir ce que vous attendez de cette visite tout en adoptant une attitude de curiosité : Allez à la rencontre des professionnels des lycées ! Cela vous aidera ensuite à mieux hiérarchiser et évaluer vos préférences.

Quelques conseils après la visite

➤ **Exploiter au maximum les informations recueillies.**

➤ **Faire son propre bilan de la visite :** Interrogez-vous sur ce qui vous a le plus marqué et échangez vos idées avec vos amie ou amis, vos camarades de classe ainsi que votre famille.

- Qu'est-ce qui vous a étonné ?
- Qu'est-ce qui vous a plu ?
- Qu'est-ce qui vous a déplu ?
- Partagez-vous la même opinion que votre entourage ? Si non, qu'est-ce qui diffère ?

➤ **Prolonger la visite !**

- Avec une recherche au CDI
- En assistant aux journées portes ouvertes des établissements
- En effectuant des mini-stages dans les lycées professionnels

➤ **Se positionner par rapport à son projet d'orientation** et profiter de tous les échanges possibles (professeur principal, psychologue de l'Education nationale, CPE, professeurs, professeur documentaliste, famille...).

Il est essentiel de bien garder ce dossier pour préparer efficacement votre parcours personnel et professionnel d'orientation.

1. Mes centres d'intérêts

Dans un premier temps, pour préparer cette rencontre avec les professionnels des établissements, il semble intéressant de faire un point sur tes centres d'intérêts.

- A l'école, quelles sont les matières qui m'intéressent ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- A l'école, quelles sont les matières qui m'intéressent le moins ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Quels sont mes centres d'intérêt, mes activités extrascolaires (sport, musique ...) ?

A préciser : temps hebdomadaire consacré aux loisirs.

Et si je n'ai pas actuellement d'activités extrascolaires, quelles sont celles que j'aimerais avoir ? (Voire ce que j'aime faire en dehors de l'école, pendant les vacances ; par exemple : passer du temps avec ma famille, mes amies ou amis, m'occuper de mes frères ou sœurs, voyager, réparer mon ordinateur, bricoler, cuisiner, jardiner...).

<https://kitpedagogique.onisep.fr/forum-orientation/Mieux-se-connaître/definir-ses-centres-d-interet>.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

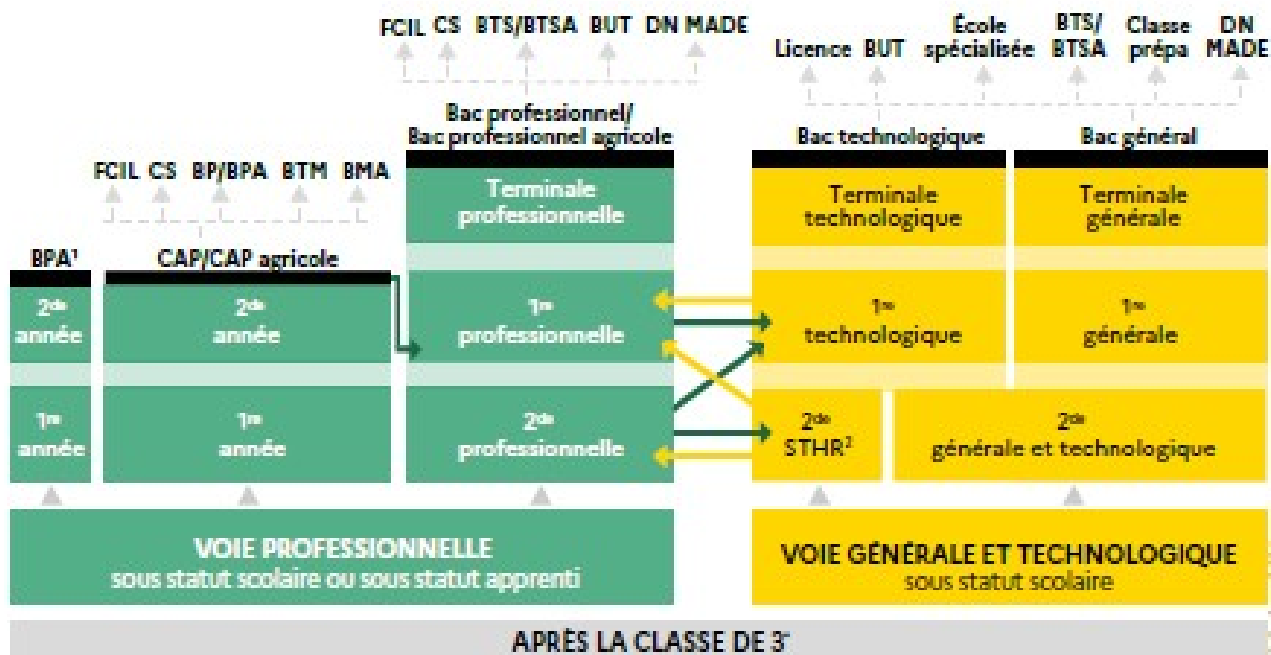
.....

.....

- Si je pouvais choisir les matières à l'école, mon emploi du temps hebdomadaire « idéal » pourrait ressembler à celui-ci :

Jour	Matin	Après-midi
Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		

2. Le schéma des études après la classe de 3^e



➡ Passerelles entre les différentes voies.

1. Exclusivement en apprentissage.

2. Dans la série STHR, les enseignements technologiques débutent dès la classe de 2^e.

Bac professionnel/bac professionnel agricole

Décliné dans de nombreuses spécialités, le bac professionnel offre un accès direct à l'emploi ou à une poursuite d'études, notamment en BTS ou en BTSA.
Lire p. 12 à 17

BPA

Décliné en 5 secteurs professionnels, le BPA (brevet professionnel agricole) est proposé par la voie de l'apprentissage.
Lire p. 9.

CAP/CAP agricole

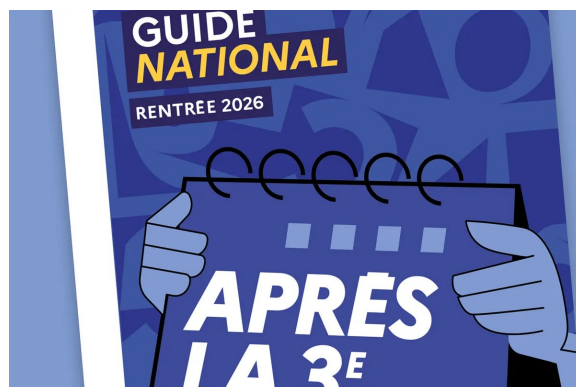
Premier niveau de qualification professionnelle, le CAP (certificat d'aptitude professionnelle) vise l'acquisition de techniques précises pour exercer un métier. La poursuite d'études est envisagée, notamment en bac professionnel.
Le CAP se prépare en 1, 2 ou 3 ans, en fonction du profil et des besoins de l'élève.
Lire p. 7 à 11.

Bac général

La voie générale se compose d'enseignements communs, d'enseignements de spécialité et d'enseignements optionnels. Le bac général mène principalement à des filières d'études longues à bac+3, bac+5, voire plus.
Lire p. 18 à 21.

Bac technologique

Le bac technologique est décliné en 8 séries au choix : S2TMD, ST2S, STAV, STI2A, STHR, STI2D, STL et STMG. Il conduit principalement à des études supérieures techniques à bac+2 (BTS ou BTSA), voire plus longues (BUT, écoles d'ingénieurs et de commerce, licences...).
Lire p. 18-19 et 22 à 24.



<https://www.onisep.fr/orientation/le-college/apres-la-3-telechargez-le-guide-gratuit>

3. Mon projet d'orientation

➤ J'ai une idée des secteurs ou domaines professionnels qui m'intéressent. Si oui, je numérote de 1 à 3 ceux qui m'attirent le plus :

Domaines	Exemples de métiers	N°
Domaine de la fonction publique, de l'enseignement, des hôpitaux et de l'armée	Secrétaire de mairie ou dans un hôpital, enseignant, militaire...	
Domaine de l'artisanat, du spectacle, du graphisme et design	Ebéniste, comédien, dessinateur ...	
Domaine du bâtiment et de l'architecture	Couvreur, ingénieur en bâtiment, ...	
Domaine de la chimie et de la biologie	Pharmacien, chercheur en biologie, ...	
Domaine du commerce, des transports et de la logistique	Boulangier, pilote d'avion, responsable d'entrepôts, ...	
Domaine de l'hôtellerie, du tourisme et du sport	Femme de chambre, agent de tourisme, éducateur sportif	
Domaine du droit, de la justice et de la sécurité	Avocat, juge, agent de sécurité, ...	
Domaine de l'économie, de la gestion, des ressources humaines	Comptable, gestionnaire, directeur des ressources humaines, ...	
Domaine de l'environnement, de l'agriculture et des animaux	Agent des eaux et forêts, éleveur, ...	
Domaine des mathématiques, de l'informatique et de l'optique	Géomètre, informaticien, opticien, ...	
Domaine des lettres et sciences humaines	Professeur de lettres, psychologue, ...	
Domaine de l'information et de la publicité	Documentaliste, publicitaire, ...	
Domaine des industries et de l'automobile	Mécanicien automobile ou dans l'aéronautique, ...	
Domaine du social, de la santé et du soin	Ambulancier, assistant(e) sociale, coiffeur ...	

➤ J'ai une ou plusieurs idées de métiers qui me plaisent. Si oui, réponses à préciser.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

➤ Je connais une personne qui exerce cette(ces) profession(s) (famille, amies ou amis...) :
 OUI NON

Si oui, n'hésite pas à interroger cette(ces) personne(s) sur son(leur) métier et parcours de formation.

Si non, n'hésite pas à demander à réaliser un stage.

Ces démarches te permettront de continuer ta réflexion et peut-être d'avoir une idée plus précise sur ton souhait de t'orienter vers ce(s) métier(s).

➤ J'ai une idée sur le type de diplôme que je souhaite obtenir après le collège (Bac pro, CAP, bac général, bac technologique...). Si oui, réponses à préciser :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

➤ Je n'ai absolument aucune idée du métier que je veux faire. D'après toi, pourquoi ? (manque d'informations sur les études, les métiers, les champs professionnels...).

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Si je n'ai aucune idée de métier ou si je souhaite poursuivre ma réflexion, je peux passer le **Quiz « Quels métiers pour moi ? » conçu par l'Onisep Hauts de France (site de Lille)**, au CDI ou chez moi.

Ce quiz va te permettre d'explorer des secteurs professionnels et des métiers selon ton profil (traits de personnalité, aptitudes, centres d'intérêt, envie) :

<https://www.onisep.fr/Media/Multimedia/Quiz-de-positionnement/quiz-quels-metiers-pour-moi>

Résultats au Quiz « Quels métiers pour moi ? » :

➤ Secteurs conseillés et exemples de métiers :

.....
.....
.....
.....

4. Liste des établissements présents au forum

- Souligne en vert les formations qui t'intéressent (tu peux t'aider de tes réponses précédentes) et en rouge, celles que tu ne connais pas.
- A partir de cette sélection, tu choisiras au moins 3 formations que tu découvriras davantage lors du forum en interrogeant directement les personnes qui les représentent.

Voie technologique : séries		
Séries	Ville	NOM de l'établissement
STHR Sciences et Technologies de l'Hôtellerie	Canteleu	Georges Baptiste
STMG Sciences et Technologies du Management et de la Gestion	Sotteville-lès-Rouen	Les Bruyères
STMG Sciences et Technologies du Management et de la Gestion	Le Grand Quevilly	Val de Seine
ST2S Sciences et Technologies du secteur Sanitaire et Social		
STL Sciences et Technologies du Laboratoire	Elbeuf	Buisson
STL Sciences et Technologies du Laboratoire	Franqueville Saint Pierre	Galilée
STI2D Sciences et Technique de l'Industrie & du Développement Durable	Elbeuf	Buisson
STI2D Sciences et Technique de l'Industrie & du Développement Durable	Rouen	Blaise Pascal
STI2D Sciences et Technique de l'Industrie & du Développement Durable	Sotteville-lès-Rouen	Marcel Sembat
STI2D Sciences et Technique de l'Industrie & du Développement Durable	Saint-Etienne-du-Rouvray	Le Corbusier

Voie professionnelle : CAP et BAC PRO		
Pôles	Ville	NOM de l'établissement
Alimentation	Canteleu	Georges Baptiste
Mode, esthétique, coiffure	Petit-Quevilly	Elisa Lemonnier
Animation, soins	Le Grand Quevilly	Val de Seine
Énergétique, Numérique, Maintenance Véhicule Matériels	Rouen	Grieu
	Elbeuf	Buisson
	Sotteville-lès-Rouen	Marcel Sembat
	Grand Couronne	Fernand Léger
Travaux Publics	Brionne	Boismard
Bois, métiers d'art	Envermeu	Lycée du Bois
Charpente scierie	Petit-Quevilly	Colbert
Fonderie, plasturgie	Maromme	Bernard Palissy
Menuiserie, Alu, Verre	Rouen	Blaise Pascal
Usinage	Saint-Etienne-du-Rouvray	Le Corbusier
Bâtiment, maçonnerie	Sotteville-lès-Rouen	Erea Françoise Dolto
Fleuristerie	Mont-Saint-Aignan	IFPRA
Apprentissage		

Voie générale : spécialités / options		
	Ville	NOM de l'établissement
Spécialités, options de la classe de seconde GT	Le Grand Quevilly	Val de Seine
	Sotteville-lès-Rouen	Les Bruyères
	Rouen	Blaise Pascal
	Saint-Etienne-du-Rouvray	Le Corbusier
	Sotteville-lès-Rouen	Marcel Sembat

Centre d'information et d'orientation de Rouen sud
<https://www.ac-normandie.fr/centre-d-information-et-d-orientation-de-rouen-sud-121623>

Association " elles bougent "
<https://www.ellesbougent.com/delegations/france/normandie/>

Agence régionale de l'information et des métiers
<https://parcours-metier.normandie.fr/orientation/agence/je-decouvre-lagence-de-lorientation-et-des-metiers>

5. Les questions que je souhaite poser aux intervenants

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

6. Rencontre avec les établissements

Lors de la visite du forum, va à la rencontre (avec ton binôme :) des établissements présents (3 minimum) et note les informations utiles pour ton projet d'orientation.

Établissement n°1

Nom de l'établissement	
Type de l'établissement	<input type="checkbox"/> Lycée général et technologique <input type="checkbox"/> Lycée professionnel <input type="checkbox"/> Lycée polyvalent <input type="checkbox"/> CFA
Formations proposées dans l'établissement	
Date de la journée portes ouvertes Période des mini-stages	
Accès à l'établissement (Adresse, ville, transports en commun, internat ...)	

Les réponses à mes questions

Établissement n°2

Nom de l'établissement	
Type de l'établissement	<input type="checkbox"/> Lycée général et technologique <input type="checkbox"/> Lycée professionnel <input type="checkbox"/> Lycée polyvalent <input type="checkbox"/> CFA
Formations proposées dans l'établissement	
Date de la journée portes ouvertes Période des mini-stages	
Accès à l'établissement (Adresse, ville, transports en commun, internat ...)	

Les réponses à mes questions

Établissement n°3

Nom de l'établissement	
Type de l'établissement	<input type="checkbox"/> Lycée général et technologique <input type="checkbox"/> Lycée professionnel <input type="checkbox"/> Lycée polyvalent <input type="checkbox"/> CFA
Formations proposées dans l'établissement	
Date de la journée portes ouvertes Période des mini-stages	
Accès à l'établissement (Adresse, ville, transports en commun, internat ...)	

Les réponses à mes questions

➤ **En ce moment, qu'est-ce qui pourrait m'empêcher de réaliser ce ou ces projet(s) ?**

- Je rencontre des difficultés dans certaines matières essentielles pour la formation que je vise.
- Ma mobilité est limitée et le lycée que je vise est éloigné de mon domicile.
- La formation que je souhaite est très demandée par les élèves et elle présente également un nombre de places limité.
- Je suis obligé de trouver un employeur pour suivre cette formation.
- Autre :

➤ **Quelles démarches pourrais-je réaliser pour favoriser la réalisation de ce ou ces projet(s) ?**

- Je suis prêt à être interne.
- Je suis prêt à demander de l'aide auprès de mes professeurs pour réussir davantage.
- Je suis prêt à fournir davantage de travail personnel.
- Je suis prêt à bénéficier du dispositif « Devoirs Faits ».
- Je suis prêt à réaliser un parcours différent de celui de mes amies et amis.
- Autre :

➤ **Il m'est difficile de répondre à ces dernières questions.
Mes idées de prochaines démarches qui me permettraient d'avancer dans mon parcours de formation :**

- Echanger sur ce qui m'a intéressé avec mes parents.
- Echanger sur ce qui m'a intéressé avec mon ou mon professeur principal.
- Echanger sur ce qui m'a intéressé avec mon ou ma professeure qui intervient sur le Parcours Avenir.
- Echanger sur ce qui m'a intéressé avec la ou le psychologue de l'Education nationale de mon établissement.
- Réaliser des recherches documentaires au C.D.I. ou chez moi pour avoir davantage d'informations sur les formations ou métiers
- Me rendre aux journées portes ouvertes des établissements.
- Demander à mon collègue de réaliser un mini-stage sur la formation professionnelle qui m'intéresse.
- Demander à mon établissement de réaliser un stage en entreprise pour mieux connaître un métier.
- Autre :

