



Suivi individuel de recherche de stage

Période de Formation en Milieu Professionnel (PFMP)

1. Informations générales

Nom de l'élève	
Prénom	
Classe	
Dates de stage	

2. Objectifs personnels

Type d'entreprise visée :

Secteur souhaité :

Ce que j'aimerais apprendre :

Ce que je peux apporter :

3. Fiche entreprise (à remplir pour chaque contact)

Nom de l'entreprise			
Secteur / Services			
Pourquoi ce choix ?			
Personne contactée			
Mail / Téléphone			
Prend des stagiaires ?	Oui	Non	
Moyen de contact	Mail	Téléphone	Déplacement

a. Suivi chronologique des démarches

Date	Appel, mail ou visite	CV LM ou	Message réseaux	Réponse de l'entreprise	Relance prévue

b. Check-list méthode

Étape	Fait	Preuve / Lien
Ai-je cherché des infos sur le site web ?		
Ai-je identifié un service précis ?		
Ai-je trouvé un contact nominatif ?		
Ai-je noté la date de relance ?		

4. Fiche entreprise (à remplir pour chaque contact)

Nom de l'entreprise	
Secteur / Services	
Pourquoi ce choix ?	
Personne contactée	
Mail / Téléphone	
Prend des stagiaires ?	Oui Non
Moyen de contact	Mail Téléphone Déplacement

a. Suivi chronologique des démarches

Date	Appel, mail ou visite	CV LM ou	Message réseaux	Réponse de l'entreprise	Relance prévue

b. Check-list méthode

Étape	Fait	Preuve / Lien
Ai-je cherché des infos sur le site web ?		
Ai-je identifié un service précis ?		

Ai-je trouvé un contact nominatif ?		
Ai-je noté la date de relance ?		

5. Fiche entreprise (à remplir pour chaque contact)

Nom de l'entreprise	
Secteur / Services	
Pourquoi ce choix ?	
Personne contactée	
Mail / Téléphone	
Prend des stagiaires ?	Oui Non
Moyen de contact	Mail Téléphone Déplacement

a. Suivi chronologique des démarches

Date	Appel, mail ou visite	CV LM ou	Message réseaux	Réponse de l'entreprise	Relance prévue

b. Check-list méthode

Étape	Fait	Preuve / Lien
Ai-je cherché des infos sur le site web ?		
Ai-je identifié un service précis ?		
Ai-je trouvé un contact nominatif ?		
Ai-je noté la date de relance ?		

6. Fiche entreprise (à remplir pour chaque contact)

Nom de l'entreprise	
Secteur / Services	
Pourquoi ce choix ?	
Personne contactée	
Mail / Téléphone	
Prend des stagiaires ?	Oui Non
Moyen de contact	Mail Téléphone Déplacement

a. Suivi chronologique des démarches

Date	Appel, mail ou visite	CV LM ou	Message réseaux	Réponse de l'entreprise	Relance prévue

b. Check-list méthode

Étape	Fait	Preuve / Lien
Ai-je cherché des infos sur le site web ?		
Ai-je identifié un service précis ?		
Ai-je trouvé un contact nominatif ?		
Ai-je noté la date de relance ?		

7. Fiche entreprise (à remplir pour chaque contact)

Nom de l'entreprise	
Secteur / Services	
Pourquoi ce choix ?	
Personne contactée	
Mail / Téléphone	
Prend des stagiaires ?	Oui Non
Moyen de contact	Mail Téléphone Déplacement

a. Suivi chronologique des démarches

Date	Appel, mail ou visite	CV LM ou	Message réseaux	Réponse de l'entreprise	Relance prévue

b. Check-list méthode

Étape	Fait	Preuve / Lien
Ai-je cherché des infos sur le site web ?		
Ai-je identifié un service précis ?		

Ai-je trouvé un contact nominatif ?		
Ai-je noté la date de relance ?		

8. Fiche entreprise (à remplir pour chaque contact)

Nom de l'entreprise	
Secteur / Services	
Pourquoi ce choix ?	
Personne contactée	
Mail / Téléphone	
Prend des stagiaires ?	Oui Non
Moyen de contact	Mail Téléphone Déplacement

a. Suivi chronologique des démarches

Date	Appel, mail ou visite	CV LM ou	Message réseaux	Réponse de l'entreprise	Relance prévue

b. Check-list méthode

Étape	Fait	Preuve / Lien
Ai-je cherché des infos sur le site web ?		
Ai-je identifié un service précis ?		
Ai-je trouvé un contact nominatif ?		
Ai-je noté la date de relance ?		

9. Fiche entreprise (à remplir pour chaque contact)

Nom de l'entreprise	
Secteur / Services	
Pourquoi ce choix ?	
Personne contactée	
Mail / Téléphone	
Prend des stagiaires ?	Oui Non
Moyen de contact	Mail Téléphone Déplacement

a. Suivi chronologique des démarches

Date	Appel, mail ou visite	CV LM ou	Message réseaux	Réponse de l'entreprise	Relance prévue

b. Check-list méthode

Étape	Fait	Preuve / Lien
Ai-je cherché des infos sur le site web ?		
Ai-je identifié un service précis ?		
Ai-je trouvé un contact nominatif ?		
Ai-je noté la date de relance ?		

10. Synthèse personnelle

Nombre d'entreprises contactées :

Ce qui a bien marché :

Ce que je dois améliorer :

Bilan personnel :