

**EX
PL
RE**
TON POTENTIEL

ORIENTATION ET
INSERTION PROFESSIONNELLE

SE RÉORIENTER ... OU PAS !

DES PISTES POUR RÉFLÉCHIR À MON PROJET

AU PROGRAMME :

- 1/LES QUESTIONS À SE POSER
- 2/SE RÉORIENTER AU SEMESTRE 2
- 3/SE RÉORIENTER À LA PROCHAINE RENTRÉE
- 4/SE DONNER DU TEMPS POUR RÉFLÉCHIR
- 5/S'INSÉRER SUR LE MARCHÉ DE L'EMPLOI



VOUS VOUS QUESTIONNEZ SUR VOTRE ORIENTATION ?

L'OBJECTIF DE CETTE PRÉSENTATION EST DE :

● vous présenter les
différentes
alternatives et les
champs du possible

● vous aider à prendre
une décision

« LE DOUTE EST LE DÉBUT DE LA SAGESSE » ARISTOTE

PRÉPARER UNE ÉVENTUELLE RÉORIENTATION, C'EST :

- faire le point sur vos **motivations** et vos **atouts**
- réfléchir sur vos **compétences** et votre **vécu**
- vous informer sur **une ou des formations qui pourraient vous convenir**
- décider de **démarches concrètes**

CE QUESTIONNEMENT EST IMPORTANT :



● parce que, pour chacun de vous, il existe **des pistes, des solutions à dévoiler** et à mettre en œuvre....

● ... et il importe de prendre le **temps de réfléchir** à celle qui vous correspond.

QUELQUES PISTES DE RÉFLEXION :

Votre décision doit se prendre en fonction de vos envies et de la faisabilité de vos choix.

- **Continuer** et essayer de redresser la barre ?
- **Changer d'orientation** ?
- Aller dans une **direction totalement nouvelle** ?

QUELLES ÉTUDES ?

- **Des études longues**, à l'université, en ALL, en SHS, en DEG, en sciences et technologies...
- **Des études courtes**, en BUT, en BTS, en école paramédicale ou sociale...



LES ÉTUDES LONGUES (BAC + 5)

LICENCE + MASTER

- **Base théorique** importante
- **Construction progressive** de la spécialisation : parcours type en L2 ou L3 + spécialité en master (M1 et M2)
- Mènent à des **fonctions d'encadrement**, avec des responsabilités, des prises de décision



LES ÉTUDES COURTES PROFESSIONNALISANTES : BTS / BUT (BAC + 2 / + 3)

- sont ciblées sur des **domaines professionnels bien identifiés**
- reposent sur un **enseignement mixte** (théorique, pratique + stage)
- permettent une **entrée rapide dans la vie active**
- mais la **poursuite d'études n'est pas automatique**

- **En BTS, en BUT**, mais aussi dans d'autres formations professionnelles
- **Un statut de salarié**, avec une alternance entreprise/centre de formation
- **Un contrat d'apprentissage ou de professionnalisation**
- Nécessité de signer un **contrat avec un employeur** (idéalement à chercher dès que possible, pour être en mesure de débiter le contrat en même temps que la formation)

POURQUOI PAS L'ALTERNANCE ?

Info :

Forum « Alternance »
à Metz (au FC Metz stadium)
Mercredi 25 mars 2026

**VOUS ÊTES EN L3 ?
POURQUOI PAS
UNE LICENCE PRO !**

Plus d'info :

<https://iupfin.univ-lorraine.fr>

**LICENCE PROFESSIONNELLE
ASSURANCE, BANQUE, FINANCE :
CHARGÉ DE CLIENTÈLE - MARCHÉ DES PARTICULIERS
(à la faculté de droit, sciences économiques et de gestion, à Nancy)
UNIQUEMENT EN ALTERNANCE
(nécessité d'avoir une entreprise d'accueil avant mars)**

- **Candidature**, pour des étudiants **détenteurs d'un bac + 2** :
 - **sur dossier**, disponible à partir de mi-décembre sur <https://iupfin.univ-lorraine.fr/> et à retourner **au plus tard avant la mi-février** à marie-elodie.renard@univ-lorraine.fr
 - **entretien d'admission** : début mars
 - **Début des cours** : mi-mars
- **Contact** : corinne.wierzba@univ-lorraine.fr / 03 72 74 20 46

SE RÉORIENTER À LA PROCHAINE RENTRÉE

EN FORMATION INITIALE
EN FORMATION EN ALTERNANCE

- **EN 1^{RE} ANNÉE (LICENCE 1, BTS 1, BUT 1, ETC.) :**
 - Admission via la plateforme **Parcoursup**
 - Attention aux dates de formulation des vœux :
du **19 janvier 2026** au **jeudi 12 mars 2026**.
 - **EN 2^E ANNÉE DE LICENCE ET DE BUT :**
 - Candidature, à l'UL, via la plateforme **e-candidat**, généralement à partir de la **mi-mars**
 - Attention aux dates limites de candidature, qui diffèrent selon les formations
- NB : dans certains IUT (Metz, Thionville-Yutz, Nancy-Brabois, Longwy, Saint-Dié), calendrier des candidatures plus avancé** cette année : plateforme ouverte dès mi-janvier et dates limites de candidatures resserrées.

Cycle de découverte du secteur paramédical

- Où ? au SOIP, à Metz et à Vandœuvre
- Formulaire d'inscription : jusqu'au mercredi 31 janvier 2026 (à : soip-contact@univ-lorraine.fr)
- Début/fin du cycle : de mi-janvier à début mars 2026

Cycle de découverte du secteur du travail social :

- Où ? au SOIP, à Metz et à Nancy
- Candidature (CV, lettre de motivation) : jusqu'au 14 janvier 2026 (à : catherine.lebeau@univ-lorraine.fr)
- Début/fin du cycle : de fin janvier à fin mars 2026, les mercredis

Plus d'info : <http://u2l.fr/srop>

La Région
Grand Est

**CYCLE
DE DÉCOUVERTE
DU SECTEUR
PARAMÉDICAL**

**Métiers-Formation
Admission dans les instituts**

**CYCLE
DE DÉCOUVERTE
DU SECTEUR
DU TRAVAIL SOCIAL**

DISPOSITIF RICOCHER

SOIP et Apef 57

**UN DISPOSITIF POUR VOUS ACCOMPAGNER,
SI NÉCESSAIRE, DANS LA CONSTRUCTION D'UN
NOUVEAU PROJET, TOUT EN CONSERVANT
VOTRE STATUT D'ÉTUDIANT.**

Plus d'info : <http://u2l.fr/srop>

- Accompagnement personnalisé dans la construction d'un nouveau projet d'études, à l'université ou en dehors
- Possibilité d'effectuer un ou plusieurs stages
- Entretien préalable avec un PsyEN au SOIP (soip-contact@univ-lorraine.fr)

QUI PEUT INTÉGRER « RICOCHER » ?

- Des étudiantes et des étudiants de l'Université de Lorraine (statut d'étudiant)
- Âgés de moins de 29 ans à l'entrée dans le dispositif

ET SI VOUS FAISIEZ UNE PAUSE ?

Pour :

- prendre du recul
- vous découvrir dans un contexte différent
- acquérir des compétences
- réfléchir à ce que vous recherchez vraiment
- (re)construire un projet

Pourquoi pas dans le cadre de la césure (voir avec votre scolarité).

QUELQUES PISTES :

- Devenir volontaire en France ou à l'étranger :
 - Service civique
 - Corps européen de solidarité
 - Service éco-citoyen transfrontalier
 - Volontariat franco-allemand
 - Volontariat international en entreprise/en administration (VIE-VIA)
- Partir au pair à l'étranger
- Partir à l'étranger dans le cadre d'un permis vacances travail

Plus d'info : <http://u2l.fr/srop>

INFOS DE DERNIÈRE MINUTE / V.I.E. :

Rencontrez les recruteurs et découvrez vos opportunités de mission V.I.E. en Europe rhénane :
Allemagne, Belgique, Pays-Bas, Luxembourg, Autriche, Suisse

Prêt à booster votre carrière ?
Partez en mission professionnelle au coeur de la zone Rhénane.
Allemagne, Suisse, Autriche, Pays-Bas, Belgique, Luxembourg : ces destinations font partie des Top 20 pour les missions V.I.E

- Programme :
- 12 h 30 : Accueil et cocktail
 - 13 h-14 h : Pitch entreprises pour présenter leurs offres
 - 14 h à 17 h : Rencontres entreprises /talents

Quand et où ?

Vendredi 13 mars 2026,
à l'Hôtel de Région à Lille

Places limitées
SUR INSCRIPTION (avant le 5 mars 2026)



Trois bonnes raisons de tenter l'aventure V.I.E en zone rhénane :

- Une porte d'entrée vers un marché de l'emploi très favorable
- Des missions enrichissantes
- Un tremplin pour votre carrière à l'international

Participez aux Rencontres V.I.E.,
Venez échanger en entretiens individuels avec des recruteurs qui ont des offres de mission à pourvoir (commercial, ingénieur, business développer...) et trouvez la vôtre !

ZOOM :

ET SI MON AVENIR ÉTAIT DANS LA FILIÈRE FORÊT-BOIS ?

- Filière en fort développement, notamment grâce à l'engouement pour la construction bois :
 - plus de 440 000 emplois en France ;
 - 60 000 entreprises qui recrutent des profils qualifiés sur tous les territoires, à la ville comme à la campagne.
- Filière aussi diversifiée que le sont les usages du bois : aménagement extérieur, agencement, ameublement, emballage, énergie, etc.
- Des formations de tous les niveaux,

EN SAVOIR PLUS :

- <https://www.metiers-foret-bois.org/>
- [Zoom sur les métiers du bois – Onisep](#)
- <https://fibois-grandest.com/>
- La filière bois en images : <https://fibois-grandest.com/>



5/S'INSÉRER SUR LE MARCHÉ DE L'EMPLOI



S'INSÉRER SUR LE MARCHÉ DE L'EMPLOI

1^{RE} DÉMARCHE AVANT TOUT :

S'INSCRIRE À FRANCE TRAVAIL COMME DEMANDEUR D'EMPLOI !

- **Être accompagné dans votre recherche d'emploi et informé sur vos droits**, en particulier sur les dispositifs « spécial jeunes ». **Exemple** : le CEJ (Contrat engagement jeunes), accompagnement personnalisé avec conseiller dédié, programme intensif d'au minimum 15 à 20 heures par semaine composé de différents types d'activités, allocation
- **Bénéficiaire d'aides financières en fonction de votre situation**
- **Avoir une protection sociale** (retraite)
- **Recevoir les allocations chômage**, si vous y avez droit

ATTENTION AVANT DE PRENDRE UNE DÉCISION :
LES STATUTS D'ÉTUDIANT ET DE DEMANDEUR D'EMPLOI NE SONT PAS COMPATIBLES.

Plus d'info : <https://www.francetravail.fr>



**Plus d'infos sur
toutes ces pistes :**

<http://u2l.fr/srop>

UN SERVICE QUI VOUS ACCOMPAGNE

À TOUT MOMENT,
N'HÉSITÉZ PAS À
CONTACTER LE SOIP
(SERVICE D'ORIENTATION
ET D'INSERTION
PROFESSIONNELLE).

INFO / CONSEILS

Poursuite d'études **RdV**

RÉORIENTATION

INSERTION PRO **ORIENTATION**

ACCOMPAGNEMENT

STAGE / EMPLOI **PROJET PRO**

CV-Lettre



Accueil sur place : du lundi au jeudi, de 9 h à 11 h 30 et de 13 h 30 à 17 h.
Accueil téléphonique : du lundi au vendredi, de 9 h à 11 h 30 et de 13 h 30 à 17 h.
Accueil en visio : le vendredi, de 9 h à 11 h 30 ([Se connecter à l'accueil](#))

LE SOIP, UN SERVICE, TROIS ANTENNES :

**pour être conseillé·e dans son choix
d'orientation et son projet**

**pour être accompagné·e dans sa recherche
de stage et d'emploi**

Accueil spécifique sur rendez-vous

Campus du Saulcy
Bâtiment Sciences humaines
et sociales – 1^{re} entrée
Île du Saulcy
57 000 METZ
03 72 74 03 62

Campus Lettres et sciences humaines
Maison de l'étudiant
Bâtiment D - 2^e étage
23, bd Albert 1^{er}
54 000 NANCY
03 72 74 03 61

Campus Aiguillettes
Bâtiment ESA
Rue du jardin botanique
54 600 Villers-lès-Nancy
03 72 74 03 60

<http://u2l.fr/soip> / soip-contact@univ-lorraine.fr /  [soipunivlorraine](#)

DES ACTIONS

EN FAVEUR DE LA CONSTRUCTION DE VOTRE PROJET

à retrouver :

- dans l'agenda du SOIP (<http://u2l.fr/soipagenda>)
- dans votre ENT (tuile « SOIP Agenda des manifestations »)



**Les permanences d'info sur les métiers en uniforme
(Armées, Police nationale, Gendarmerie), de 13 h 30 à 16 h 30 :**

- Jeudi 19/03/2026, campus Lettres et sciences humaines, à Nancy

Et bien d'autres...



DES RESSOURCES

formations.univ-lorraine.fr

www.insertion.univ-lorraine.fr/

www.parcoursup.fr/

www.onisep.fr/



**MERCI DE VOTRE
ATTENTION.**

**Et maintenant,
passons à vos
questions !**